

# 宮城県助産師会

## 3. 1 1 その時 私たちは

一般社団法人 宮城県助産師会

## 「宮城県助産師会 3.11 その時私たちは」 発刊によせて

一般社団法人 宮城県助産師会  
会長 後藤美子

千年に1度という大災害の被害は私たちの想像をはるかに越えるものでした。多くの会員が被災はしましたが、会員に亡くなられた方がいなかったのが不幸中の幸いでした。東日本大震災から1年9カ月、被災者を取り巻く状況は依然として厳しく復旧、復興はまだまだの感があります。

被災直後、当会の新田前会長は、この大災害に助産師会として組織だった活動は不可能と考え、「自分が出来ることをそれぞれ自己責任の元にやりましょう。」との声明を出しました。

会員個々が勤務施設、避難所、地域、家庭それぞれの場で、持てる力を発揮し、助産師として、女性として、地域の住民として積極的に被災者支援活動をされました。

同時に日本助産師会、ジョイセフからの支援による母子訪問・育児相談事業、事務局担当の前理事田村雪子さんの尽力により日本財団よりの助成金を獲得、その助成金による産後母子預かり事業など、宮城県助産師会としても二つの母子支援事業を展開することが出来ました。この二つの事業は助産所部会、保健指導部会、勤務部会の会員の方々の連携と協力により多くの母子やご家族に活用していただきました。その成果が認められ、宮城県知事より感謝状、NPO法人ひまわりの会より表彰状、記念の盾、ひまわりの花、村松志保子助産師顕彰会より特別賞を頂きました。これは会員個々も被災者でありながらも助産師としての活動したことへの成果だと思えます。

報告集編纂にあたり、被災時の会員個々の体験を書いて頂きました。個々の体験から感じたこと、そして、宮城県助産師会としての活動経過を振り返り、災害対策への課題も見えました。発刊は時期を失した感がありますが、今後、このような災害発生に備え、何を準備し、どんなことを心がけたらいいのかの示唆になればと報告集を発刊することと致しました。今後、今回のような災害が起こらないことを願いますが、自然災害は避けられない状況の中、災害に向けての万全の準備をしておきたいものです。

最後になりましたが、この震災時、社団法人日本助産師会、各県助産師会、公益財団法人ジョイセフ、日本財団をはじめ多くの組織や個人の方々から、ご支援を賜りました。この場をお借りして厚く御礼申し上げます。

平成 24 年 12 月

## 目次

「宮城県助産師会～3.11 その時私たちは～」発刊によせて <後藤美子> .....	1
<b>1. 宮城県助産師会の災害時の行動記録</b> .....	3
<b>2. 母子支援事業</b> .....	6
1) 平成23年度大震災における助産師による母子支援事業実施要綱	
2) 被災県助産師による母子支援事業助成金申請書	
3) 母乳育児支援事業 <武者文子>	
4) 産後預かり事業 <今野響子>	
5) ホテルでの産後ケア事業 <斎藤清子>	
7) 広報資料 産後の家庭訪問 助産院における育児相談 産後助産所で温かいケアと食事をどうぞ 被災地 石巻における母子支援事業	
<b>3. 母子支援事業報告 &lt;後藤美子&gt;</b> .....	15
<b>4. 会員の雑誌投稿</b> .....	19
1) 機関誌「助産師」65巻3号 2011年8月 緊急報告 <新田みつ子他>	
2) 機関誌「助産師」66巻3号 2012年8月 震災～その後 <新田みつ子他>	
3) 「助産雑誌」Vol.66No.6 2012年6月 懐中電灯でのお産 <伊藤朋子>	
4) 「助産雑誌」Vol.66No.6 2012年6月 被災地での母乳育児支援 <佐藤由美子>	
5) 「母子保健情報」第64号 2011年11月 妊産婦への看護支援 <塩野悦子>	
<b>5. 会員の被災体験と支援活動</b> .....	35
1) 震災を振り返って <本田由美>	
2) 東日本大震災 -その時何が起き、どう対応したか- <高橋純子>	
3) 東北大学病院産科病棟の東日本大震災記録 <後藤あき子>	
4) つながって行こう—震災を経験して <高津真理子>	
5) 私が体験した東日本大震災 <岩佐あけみ>	
6) 東日本大震災後の取り組みを振り返って <高橋るり子>	
7) 避難所運営を経験! <加藤由美>	
8) 3.11 その時私は <加藤美江子>	
9) 私が経験した東日本大震災 <武者文子>	
10) 3.11 あれから1年10か月 <田村雪子>	
11) 東日本震災の体験と支援活動について <小山みね子>	
12) 東日本大震災時の体験 <小田嶋清美>	
13) わたしの被災体験 <梶谷 安>	
14) 3.11 東日本大震災を経験して <小野由紀子>	
<b>6. お世話になった方々からのメッセージ</b> .....	55
～明日はよりよい日になりますように～ 石井澄江 (公益財団法人 ジョイセフ代表理事) 支援する助産師が元気であること 川久保佳代 (石川県 どんぐり助産院)	
<b>7. 編集後記 &lt;塩野悦子&gt;</b> .....	58

## 1. 宮城県助産師会の災害時の行動記録

月 日	項 目	内 容	支援物資受け件数	支援物資搬出件数
平成 23 年 3 月 11 日 (金)	午後 2 時 46 分ごろ三陸沖を震源にマグニチュード 9.0 の地震発生、宮城県栗原で震度 7 東北の太平洋沿岸に巨大津波も発生。	事務所の機器など破損被害あり 停電、断水なし、プロパンガス被害なし		
3 月 14 日 (月)	事務所のインターネット復旧 電話で会員の安否確認 事務所での乳幼児風呂入れボランティア開始	会員の死亡者なし、 家屋全壊、家屋半壊、家屋一部損壊者多数		
3 月 15 日 (火)	日本助産師会本部より 助産所への妊婦受け入れボランティアの要請あり	受け入れ不可能と回答		1
3 月 17 日 (木)	被災者よりミルク、オムツ等の物資の希望あり、日本助産師会本部へ交渉 宮城県助産師会の災害支援活動について会長声明で通知	支援物資についてはジョイセフへ一括依頼した旨の返答 「自分が出来ることをそれぞれ自己責任の元にやりましょう。」	1	
3 月 18 日 (金)	会員より赤ちゃん用品不足の連絡あり	全国の助産師へフリーメール投稿をすすめる 宅急便は営業所止めで受け取り可能との情報あり	2	1
3 月 19 日 (土)			1	1
3 月 20 日 (日)	理事会	平成 23 年総会は 紙上総会とすることに決定		6
3 月 21 日 (月)			2	
3 月 22 日 (火)	日本看護協会より災害医療復興に向けての助産院への協力依頼あり	了解の回答をする	2	3
3 月 23 日 (水)			1	
3 月 24 日 (木)	東京都助産師会より 妊産褥婦の受け入れの文書入る	会員へメール送信にて通知する		1
3 月 25 日 (金)	本部より亙理町への 災害ボランティア派遣依頼あり	県内助産師会員は被災者であり、派遣は無理で該当者なしと回答		3
3 月 26 日 (土)	会員より被災会員への募金についての意見あり	本部へ見舞金の申請を早期に行うこととする。		
3 月 28 日 (月)	母子支援のための助成をしたい旨の連絡あり	受諾す	8	3
3 月 29 日 (火)			1	1
3 月 30 日 (水)				3
3 月 31 日 (木)	ジョイセフより支援物資が多賀城と羽黒台に到着	多賀城分；元氣市にて直ちに配布 羽黒台分；会員が情報収集し、必要者に届けることとした	2	5
4 月 2 日 (土)			2	3
4 月 3 日 (日)				4



## 1. 宮城県助産師会の災害時の行動記録

月 日	項 目	内 容	支 援 物 資 受 け 件 数	支 援 物 資 搬 出 件 数
4月4日(月)			6	
4月5日(火)				4
4月6日(水)			1	4
4月7日(木)	23時32分 マグニチュード8.0の余震発生	事務所再度、被害あり		1
4月9日(土)				3
4月10日(日)				4
4月11日(月)			1	1
4月12日(火)	宮城県看護協会に 日本助産師会の支援物資届く			1
4月13日(水)			1	3
4月14日(木)			1	
4月15日(金)				2
4月16日(土)	被災者に本部よりの見舞金を届ける	仙台、柴田、山元、石巻		4
4月17日(日)				3
4月18日(月)			1	1
4月19日(火)				2
4月20日(水)	ジョイセフから今後の支援について希望調査	助産所部会、保健指導部会より金銭的支援、商品券、中期的支援の要望あり		2
4月21日(木)				1
4月22日(金)	ジョイセフ担当者事務所に来所	助産師会として出来る活動について説明		3
4月23日(土)	ジョイセフ亘理町で支援物資配布	山下の避難所で配布会に会員協力		
4月29日(金)				1
4月30日(土)	日本看護協会より被災地訪問で来所	新田会長対応		3
5月1日(日)				2
5月2日(月)				1
5月6日(金)			1	
5月8日(日)	本部主催 心のケア研修会 緊急理事・役員会にて災害支援対策の検討	福島県、岩手県支部長も出席		
5月10日(火)	仙台医療センターに支援について説明	支援物資配布依頼		1
5月11日(水)	日本財団助成金交付決定	助成金額1,000,000円		
5月12日(木)				1
5月13日(金)			1	
5月14日(土)	事務所前にて支援物資配布 日本財団担当者来所 本部よりの見舞金送付	銀座プランタンより配布会応援者あり 南三陸、名取、気仙沼		
5月15日(日)	被災母子支援事業開始	産後の家庭訪問、助産院における育児相談 産後の母子預かり事業		

## 1. 宮城県助産師会の災害時の行動記録

月 日	項 目	内 容	支援物資受け件数	支援物資搬出件数
5月16日(月)				1
5月17日(火)				1
5月20日(金)	本部加藤会長、岡本副会長来仙	新田、後藤対応		
5月23日(月)	被災者へ本部よりの見舞金届ける	岩沼		1
5月25日(水)			1	
6月3日(金)			1	1
6月4日(土)	拡大理事会			
6月8日(水)	キョウリン製菓へ支援事業についての説明			
6月12日(日)	被災母子支援事業説明会	事業参加者と詳細を検討し開始を決定、支援対象は3月12日から		
6月16日(木)				1
6月17日(金)			1	
6月20日(月)	被災母子支援事業広報	チラシを県内市町村、関連施設に発送		6
6月21日(火)				1
6月22日(水)	石巻産後預かり事業打ち合わせ	石巻グランドホテル担当者と打ち合わせ、ホテル補修工事終了の8月から開始		1
6月28日(火)			1	
6月30日(木)	石巻赤十字病院へ母子支援事業について説明	母子支援事業の広報と広報依頼		3
7月18日(月)	本部 心のケア研修会			
7月26日(火)				1
8月5日(金)				1
8月13日(土)	本部よりの被災見舞金届ける	泉、気仙沼		
8月24日(水)	支援物資配布おおむね終了			1
8月29日(月)	日本助産師会会長、理事 ジョイセフ事務局長、次長がヒアリングに事務所に来訪	宮城県の需要が予想より多い事、寄付金収入が減少していることから来年5月までの助成は難しい旨の話あり。対象者を絞る方向になる		
10月1日(土)	日本財団との契約変更	需要が伸びない原因を分析し対象者の拡大と預かり期間の変更の承認を得る		
11月1日(火)	ジョイセフ担当者との話し合い	助成は12月末で終了と通告あり、対象を絞らず、被災者全てを対象にしてよいことを確認した		
12月31日(土)	ジョイセフ助成による産後の家庭訪問、助産院における育児相談事業終了	利用者延べ2364人		
平成24年3月31日(土)	日本財団助成による産後母子預かり事業終了	利用74家族、延べ530人		

## 2. 母子支援事業

20110508  
宮 助 発

### 平成 23 年度 230311 大震災における助産師による母子支援事業実施要綱

#### 1. 目的

230311 大震災において、被災した妊産婦の心身、社会的な苦痛は計り知れない。余儀なく、避難所、仮設住宅、県外の知人を頼って生活している人も多い。実家の被災により産後の里帰りができない産婦も多い。また、生計の中心になっている夫の離職による生活苦も今後表出してくると思われる。又、町ごと被災した市町村においては、妊産婦の居住地も把握されていない現況もある。

そこで、被災された妊産婦のニーズを把握し、里帰りができない母子においては、助産所への入所、また、助産師が被災地、また被災された妊産婦ご自宅に伺い、産後の母子保健サービスを提供する。また、被災産婦の母乳育児支援に助成する。そのことによって、産後の心身の安定と子育てに安心し、自信をもって、地域に帰って頂くことを目的とする。

#### 2. 事業項目

##### (1) 助産院へ産後及び妊婦の入院支援事業

被災母子さまの入院を受け付けた助産院及び各地区の母子収容施設に支給する。

期間 産後 21 日目まで 例) 産後 5 日目から入院された場合、残りの 16 日が助成対象期間となる

助成額 一昼夜 19,600 円 産婦さまお一人につき 21 日目まで (原則として)

(状況により変更可能、相談は書記まで)

##### (2) 産後の家庭訪問支援事業

助産院への入所が無理で、産後の手伝いが得られない産婦さまへの家庭訪問を行なった助産師会の助産師に支給する。

助成額 1 回当たり 6,000 円 産婦さまお一人につき合計 3 回まで (早期退院は 7 回まで)

##### (3) 助産院における被災者の母乳育児支援等

支援を行なった助産師に支給する。

助成額 1 回 5,000 円 3 回まで

#### 3. 対象

##### (1) 災害救助法が適用されている被災地域の住民

##### (2) 以下の申し立てをおこなった方

①住宅が全半壊、全半焼またはこれに準ずる被災をした方

②主たる生計維持者が死亡したり、重篤な傷病を負った方

③主たる生計維持者が行方不明である方

④主たる生計維持者が業務を廃止・休止した方

⑤主たる生計維持者が失職し、現在収入がない方

⑥原発の事故に伴い政府の避難指示・屋内退避指示の対象となっている方

(福島第一原発から半径 30 \*<sub>0</sub>圏内)

⑦原発の事故に伴い計画的避難区域・緊急時避難準備区域の対象となっている方

※地震発生後、被災地域から他の市町村に転出されたかたも対象になります。

※罹災証明書等は、必要ではありません。

##### (3) 担当助産師の判断で被災したと認められる方

#### 4. 実施主体

(1) 本事業の実施主体は、一般社団法人宮城県助産師会とする。

(2) 実施責任者は、会長新田みつ子とする。

(3) 補佐は、副会長後藤美子、石川初枝、及びその他理事が行う

(4) 事務処理は、書記田村雪子が行ない、業務の一部を委託する。

(5) 会計は、山岸和子が行ない、業務の一部を委託する。

(6) 実施者は、宮城県内助産所部会会員、保健指導部の開業助産師、保健指導部会員 (新生児訪問指導従事者) 及び希望する勤務助産師、罹災した施設で離職した会員とする。

#### 5. 実施期間

平成 23 年 5 月 15 日から平成 24 年 5 月 14 日の 1 年間

#### 6. 広報

(1) 広報範囲は、宮城県内外各市町村、宮城県内外産科がある医療機関とする。

(2) 書記とともに、全会員が広報するものとする。

### 7. 支援団体一覧

- (1) 社団法人日本助産師会
- (2) 一般社団法人東京都助産師会
- (3) 日本財団ロードサービス
- (4) 日本財団
- (5) NGO 団体ジョイセフ
- (6) NPO 法人ティアラ会
- (7) 宮城根っこの会

### 8. 行政、各関連機関との連携について

今回の震災においては、被災した妊産婦の移動が行政でも把握されていない。(5月5日現在) 必要時、医療機関、行政と連携しつつ行うものとする。

### 9. 会計処理について

本事業は、一般社団法人宮城県助産師会特別支援基金より拠出する。手続きについては所定の申請書に実施者が記入し、会長に提出する。

日本財団RAODPROJECT助成事業は、20日締め当月末最終平日振込とする。

NGO団体ジョイセフ助成事業は、20日締めにてジョイセフに申請し、(社)宮城県助産師会への入金確認後に申請者へ振込とする。

### 10. 訪問記録の作成と報告書の提出について

各自の責任において、記録を作成し、5年間保存する。(社)宮城県助産師会会長より求めがあった時には開示できるようにする。

一般社団法人宮城県助産師会への報告は、申請書及び対象者へのアンケートの提出とする。

### 11. (社)日本助産師会保健指導員賠償責任保険制度の加入について

この事業に関わる助産師は、(社)日本助産師会保健指導員賠償責任保険制度に加入するものとする。

### 12. この事業の報告書は、書記が担当する。

### 13. この事業の会計報告は、会計が担当する。

### 14. 会計監査は(社)宮城県助産師会会計監査が行なう。

### 15. 申請手続き

#### (1) 申請前のご準備

①別紙「母子支援事業助成金振込口座登録用紙」に必要事項を記入し、(社)宮城県助産師会へ郵送する。

#### (2) 請求方法

①「被災助産師による母子支援事業助成金申請書」に必要事項を記入し、(社)宮城県助産師会へ郵送する。締め日は毎月20日着分です。

②別紙「アンケートのお願い」を書いて頂き、ポストに入れて頂くよう、説明する。

### 16. 罹災助産師への前払い制度

罹災により資金繰りが難しい助産師に活動計画を提出いただき、仮払いをする制度です。別途、お問い合わせください。

### 17. 問い合わせ先


当事業会計責任者 山岸 和子 (022-746-1832) (電話受付夜間のみ)  
会計事務担当 渡辺 祐太 (090-6221-7867)

## 2. 母子支援事業

### 被災県助産師による母子支援事業助成金申請書

一般社団法人宮城県助産師会会長 新田みつ子様

私は、被災県助産師による母子支援事業を活用しましたので以下について請求いたします。

会員番号		会員名	
助産院名または3部門別：		助産所部会・保健指導部会・勤務部会	
産婦名	サイン又は  母子手帳交付番号		
住所	連絡先電話番号（ ）		

利用事業

#### 1. 産後の入所

期間	月 日～ 月 日 の（ ）日分	支援金額	一昼夜 19,600 円
		請求合計	円

#### 2. 産後の家庭訪問

訪問日	月 21 日～ 月 20 日							← 訪問日に○を付けてください。 (3回まで〈早期退院は7回〉)	
	21	22	23	24	25	26	27		支援金額
	28	29	30	31	1	2	3	合計訪問日数	日
	4	5	6	7	8	9	10	請求合計	円
	11	12	13	14	15	16	17		
	18	19	20						

#### 3. 助産院における母乳育児支援等

来所日	月 日 月 日 月 日 の（ ）回分	支援金額	母子お一組につき3回まで 1回当たり5,000円
		請求合計	円

#### 4. 被災の状況とケアの内容 該当する項目に○、特記事項には助産師のコメント記入

<被災の状況>	a. 全壊 b. 半壊 c. 主たる生計者の死亡・行方不明・病気・失職・無収入 d. 原発の避難区域 e. その他（ ）
<ケアの内容>	a. 乳房チェックと評価 b. 乳房のケア c. 母乳育児指導 d. 児の体重チェックと評価 e. 児の身体チェックとその評価 f. 心のケア（傾聴） g. その他（ ）
<産後の入所>	a. 母子の衣食住確保 b. 産後の復古確認 c. 母乳育児指導 d. その他（ ）
<情報収集先>	a. 病院 b. 保健センター c. 助産師 d. その他（ ）
<特記事項>	

**提出は郵送にて宮城県助産師会まで！**  
請求書提出〆切りは毎月20日にご協力ください。  
提出が遅れますと次月の振込みになります。

書記	会長	会計



### 3) 母乳育児支援事業

#### —母乳育児支援について—

##### 武者文子（仙台市 母乳育児相談室まんまはうす）

震災後、ライフラインの停止により、母乳育児相談室に予約されていたお母さん達との連絡をとることも出来ずに自分と家族のことで精いっぱいでした。震災後はじめてマッサージに来たお母さんはおっぱいの調子が悪いためにガソリンスタンドに丸一日並んでガソリンを入れてから来所されました。その時に震災時、女川に出張に行っていたご主人が女川原発に逃げて助かり、拾った自転車によってなんとか仙台にたどりついたことをお話してくれました。来所されたお母さん達は震災の時の状況をこと細かくお話されていき、その頃に来所されたお母さんとその時の会話は今でも鮮明に思い出されます。

平成 23 年 6 月になり、宮城県助産師会の一員として日本助産師会、日本財団、国際 NGO ジョイセフの支援を受けて、宮城県の開業助産師が被災したお母さん達に無料の母乳育児支援を一人 3 回まで実施できることが決まりました。被災の程度は助産師の判断でよろしいと緩やかな規定を設けて頂いたことで、罹災証明書の提出をしなくても、地震で困ったことを経験したお母さん方に無料で支援することができました。母乳育児相談の他、震災の時のことを語ることで、お母さん達の気持ちの発散の場ともなったようです。放射能の心配や、地震で亡くなった家族や友人のこと、実家を失った事など、お母さん達はたくさんのお話していききました。お話をきいていると、宮城県民全員が被災者であり、被災者同士で役割分担をしてこの危機を乗り切っているということが分かりました。お母さん達の中にはもちろんですが、自治体の職員や自衛隊員もいて、妊婦ながら毎日つなぎを着て避難所訪問にいていたという人もいます。この日本財団とジョイセフからの支援で宮城県内の開業助産師 15 人で平成 23 年 12 月までの間に母乳育児相談 2100 件。家庭訪問 400 件の支援を行うことができました。

平成 23 年 12 月までは宮城県助産師会の一員としてそれぞれ支援をしていましたが、その後も震災後の支援活動を継続したい助産師達でみやぎげんき助産師チーム、通称 MIJO を立ち上げました。MIJO としての活動は 12 月からになりますが、MIJO になってからは日本財団からの助成を受け、平成 24 年 6 月まで、育児相談支援を 950 件、訪問 150 件、サロン活動には 600 人以上のお母さん達が参加しました。平成 24 年 11 月現在は、MIJO の中でも沿岸部に近く、被災した方が多い地域で、数人の助産師が他団体から支援の継続を受けてサロン活動などを実施中です。毎回たくさんのお母さん達の参加があります。サロン活動については、今後もしばらく支援が続く予定です。

開業助産師の母乳育児相談事業は一人ひとりのお母さん達とゆっくりと一対一で話ができ、お母さん達から大変喜ばれました。開業助産師が支援した期間で、来所と訪問合わせて延べ 3600 人のお母さん達のお話を伺い、支援が出来たことは、開業助産師としてとても自信につながるものでした。大震災の時に助産師として活躍できたことを誇りに思います。



## 2. 母子支援事業

### 4) 産後預かり事業

#### 一 東日本大震災母子支援事業:産後入院の支援を通して感じたこと一

##### 今野馨子（仙台市 この助産院）

震災後5月に始まった被災母子支援事業で、当院では32組の母子の産後入院を受け入れました。利用された方々の背景は様々でした。

蒲生で工作中だったご主人が津波で亡くなられた方。

石巻で妊娠5カ月の時に津波の中、上の子の手を引いて逃げたという方。

実家の避難先に里帰りしたものの、東松島の自宅が津波で流され、多くの知り合いを亡くした実母がうつ状態で、休める状況ではなかったという方。

津波で石巻の実家が流された後両親が離婚し、実母は遠くにいて手伝いは頼めないという方。

女川の実家が津波で流され、両親は仮設に入っていて里帰りができないという方。

気仙沼で被災し、住んでいたアパートは流され、夫は失業したという方。

南相馬市の避難区域に自宅も職場もあり、山元町の仮設に入っている方。

自宅も実家も福島県伊達市で、少しでも放射線量の少ないところで過ごしたいという方。

それぞれ更に事情をかかえ、被災によって負ったこころの傷をかかえていました。こころの傷を癒すことが出来たとは思えませんが、産後入院で体をゆっくりと休めることができ、次のステップに進むことができたようでした。

支援事業が始まって、5～8月までの利用者は8組、9月は利用がなく、10月から12月で8組、年が明けて、1～3月の利用が16組でした。前半は広報が行き届かず、利用者が少なかったのですが、後半になるほど支援事業が認知され、問い合わせも増えて、利用者が倍増しました。後半の利用者は、震災後に妊娠した方で、ある程度生活は落ちついてきていましたが、皆さんそれぞれの事情をかかえていました。

親が病気だったり、亡くなっていたり、親との関係が良くなかったり。

実家には兄弟家族が同居していて帰る場所はない。

家業が忙しい。シングル。などなど

今回、被災者であったため、助成金がでて無料で産後入院が利用できるということで、皆さん大変感謝していました。

普段、当院を利用される方は、高齢出産で親も高齢のため手伝いが望めず、かつある程度経済的に余裕のある方か、若い世代では、親がまだ働いているので、手伝いができない代わりに入院費を支払ってくれるという場合の方が多く、入院費用を支払える方しか産後入院を利用することはできません。平成20年に開業して以来、利用者は年間10組位でした。

支援事業の後半に利用者が増えて行った時に考えたのは、被災者だから産後入院が必要なのではなく、普段から産後入院を必要としている方は多くいるけれど、経済的な理由で利用できていないのだということです。

震災直後のほうが、困っている母子は多かったと思います。しかし、その方達を支援することはできませんでした。被災時に支援を必要とする方は、母子に限らず、通常でも支援の必要な方だと思います。災害が起きた時に支援対策を整えようとしても、支援を始めるまでには時間がかかってしまいます。その時に支援を必要としていた方々は、支援から漏れてしまいます。普段から支援できる体制を整えておくことが、災害時に迅速に対応するための基礎になると思います。

私は、新生児訪問指導員としても活動していますが、数年前から新生児訪問は全戸訪問となり、指導員の人数が充実していて、育児ヘルプ事業で母子のフォローをする体制が整っていました。そのため、震災後も産後の母子の被災状況・現状を把握し、支援の必要な母子をフォローすることができていたように感じました。公的な支援の制度が災害時に役立ついい例だと思います。

当院のような個人でやっている助産院では受け入れられる人数に限りがあります。公的な施設として世田谷区のように産後ケアセンターがあって、自治体の助成で自己負担が少なく利用できるような制度が各自治体に整備されると、子育て支援・少子化対策にもなり、災害時にも役に立つのだと思います。そして、家庭的な雰囲気の中で過ごしたい方が、助産院を利用してもよい制度であると理想的だと思います。

### 5) ホテルでの産後ケア事業

#### — 3.11 被災体験：津波の地元から —

##### 齋藤清子（石巻市 齋藤産婦人科）

東日本大震災の津波被害は太平洋沿岸全体ですが、自治体として死者、行方不明者、家屋の損壊は石巻がトップです。水産業が盛んで住まいも仕事も海や川に近い所に集中しています。それに、まさか、あんなに……という思いが被害を大きくしました。80歳～90歳のお年寄り達も、昭和35年のチリ地震津波の経験から、ここは大丈夫とっていました。

現在も多くの方が仮設住宅で生活しています。ガレキの処理も運び出すばかりと考えられていますが、被災当時のまま、手つかずの所が沢山あります。

当時の石巻はライフラインが麻痺した上に、電話、携帯が使用不能になり、連絡がつかないばかりか、周りの状況が全く分からない地区もありました。現状の報告もSOSを出すことも出来ず孤立した状態です。志津川や女川からは患者がヘリコプターで搬送されてくるのに、石巻市街の情報がありません。日赤では直後より、準備ができていてトリアージも始まっていました。日赤の職員は家族の安否も確認できないまま連日、帰宅も出来ず、任務を遂行していました。市立病院も被災し患者とスタッフが救出されるのに4～5日要しました。

震災後2～3日が大変でした。家族の安否もわからない、避難施設で出産、自宅でお産し、2～3日後に石巻日赤へという方もいました。すでにこの時点で助産師会として動けるシステムがあればどれ程良かったかと悔まれます。東京里帰りプロジェクトについて話があったのはずっと後の事です。

6月から妊婦、8月から母児の援助ができ11名の利用がありました。石巻地区にはお産を扱う助産所がありませんから、石巻グランドホテルの計らいで良い部屋を2部屋キープして頂きました。多賀城ベビーセンターから着物とオムツ etc の協力がありました。会員は交替で毎日、グランドホテルに足を運びました。利用者の方には満足いただけただようです。

早期から地元で出来る事は何かと、各団体が各々ではなく、横の連絡で援助がかぶることなく、また、強化して活動できることが必要です。どうプランを具体的に立てるかが急務です。これまでの勉強会の成果を、次に生かす準備を全国レベルで出来ることを願っています。

## 2. 母子支援事業

### 7) 広報資料

## 230311 東日本大震災母子支援事業

### 産後の家庭訪問 助産院における育児相談

よく頑張ったよね、  
妊娠、出産、子育て・・・  
もう頑張らなくても大丈夫だよ。

#### 助産師の技、知識、愛をご活用ください

助産師が行なう産後の家庭訪問、助産院における育児相談、母乳育児ケアなどを無料でご利用いただけます。(社)日本助産師会、NGO 団体ジョイセフの助成により実施致します。  
赤ちゃんのお風呂入れ、赤ちゃんの健康観察、乳房ケア、授乳相談、産後の復古状態観察、お近くに開業助産師がない場合は助産師会の助産師が訪問いたします。下記お問い合わせ先までご連絡ください。なおご活用の際は、母子健康手帳をご準備ください。

#### ～サービス内容詳細～

##### -助産師による病院・産院退院後の家庭訪問-

- ・赤ちゃんのお風呂、ママの身体チェック等(3回まで<早期退院7回>)
- ・母乳育児、子育てに関する育児相談

##### -助産院提供サービス-

助産院における育児相談、母乳育児ケアの提供

##### ～ご利用できる方～

- ・ご本人・ご家族が被災された方で自身が対象になるか分からない場合、お問い合わせください。

##### 宮城県内助産院連絡先一覧

ははこっこ助産院	大崎市	0229-23-2200
出張助産師 / 中濱秀子	石巻市	090-8258-4220
ほんだ母乳育児相談室	東松島市	0225-83-3597
出張助産師 / 高津真理子	塩竈市	090-9530-5801
ナーシング助産院	多賀城市	022-368-1860
小山みね子助産師相談室	多賀城市	090-6252-3926
氏家母乳育児相談室	富谷町	022-358-1431
こんの助産院	泉区	022-373-9920
とも子助産院	泉区	022-772-5960
熊野ふみえ助産院	泉区	022-252-5487
助産院カイロ LightSnow	泉区	090-6250-7126
森のおひさま助産院	青葉区	022-394-7508
母乳育児相談室まんまはうす	太白区	090-4552-1179
かとう母乳育児相談室	太白区	022-743-5066
佐藤ミツ子母乳育児相談室	太白区	090-5598-4464
母乳育児相談室マミーぱい×2	山元町	090-9531-4424
(社)宮城県助産師会保健指導部による訪問		022-297-1551

実施期間：2011年5月15日～2012年5月14日

お問い合わせは  
(社)宮城県助産師会  
022-297-1551

お申し込みは  
各助産師まで!

TOMORROW

石巻地区〇〇ホテルの産後の母子預りサービス  
8月開始予定!

#### 事業概要

未曾有の大災害に被災県である宮城県の助産師にできることは何か。お電話相談を受け、全国の団体、個人さまからの支援物資を避難所・学校・近くの母子さんたち・罹災した施設・お電話頂いた地域に届けております。そして今、支援の輪はもっと広がりました。宮城県の妊産婦さまを助産師が支援してほしいという要請がたくさんきております。本事業は、被災母子さまが温かく、おだやかに産後を過ごして頂けます様、宮城県復興への全国の願いをお受けし、実施するものです。

#### 主催

一般社団法人宮城県助産師会  
〒983-0045  
仙台市宮城野区宮城野2丁目7-48-101  
電話 022-297-1551  
FAX 022-349-8377  
siensenter@gmail.com

#### 後援

(社)日本助産師会、(社)東京都助産師会里帰りプロジェクト、  
日本財団、NGO 団体ジョイセフ、ティアラ会、  
宮城根っこ会、(株)プランタン銀座、  
みやぎ子育て・女性健康支援センター

宮城県助産師会

検索

みやぎ子育て

検索





## 産後助産所で、温かいケアと食事をどうぞ

### 妊産婦の助産院入院支援

母体の休養が必要な期間である産後 21 日目まで、無料で助産院へ入院していただけます、日本財団の助成により実施します。専門職である助産師の元でご実家に帰られたように、安心して過ごしてください。赤ちゃんのお風呂・観察、母体復古観察、母乳育児支援、衣食住おまかせください。この間に子育て、一歩前へ進みましょう。

### 被災妊産婦の助産院入院無料サービス

#### ご利用できる方

- ・本人、またはご家族が被災された方
  - ・その他事由により産後の休養が取れない産婦さま
- ご自身が対象になるか分からない場合はお問い合わせください。

#### サービス詳細

##### ～期間～

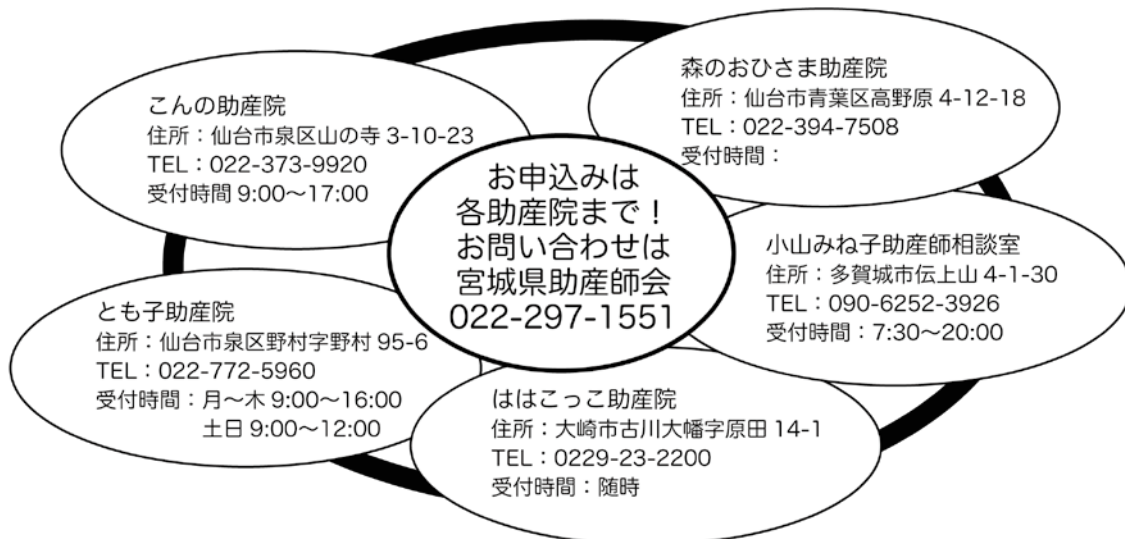
産婦さま：産後 21 日目まで・妊婦さま：応相談

##### ～内容～

赤ちゃんのお風呂・観察、母体復古観察、母乳育児支援  
衣食住すべてお任せください。

実施期間：2011 年 5 月 15 日～2012 年 5 月 14 日

### ～ご利用できる助産院～



### 石巻地区〇〇ホテルの母子預りサービス準備中 7 月開始予定！

#### 事業概要

未曾有の大災害に被災県である宮城県の助産師にできることは何か。お電話相談を受け、全国の団体、個人さまからの支援物資を避難所・学校・近くの母子さんたち・罹災した施設・お電話頂いた地域に届けております。そして今、支援の輪はもっと広がりました。宮城県の妊産婦さまを助産師が支援してほしいという要請がたくさんきております。本事業は、被災母子さまが温かく、おだやかに産後を過ごして頂けます様、宮城県復興への全国の願いをお受けし、実施するものです。

#### 主催

一般社団法人宮城県助産師会  
〒983-0045  
仙台市宮城野区宮城野 2 丁目 7-48-101  
電話 022-297-1551  
FAX 022-349-8377  
siensenter@gmail.com

#### 後援

(社) 日本助産師会、(社) 東京都里帰りプロジェクト、  
日本財団、NGO 団体ジョイセフ、ティアラ会、  
宮城根っこの会、プランタン銀座、  
みやぎ子育て・女性健康支援センター

宮城県助産師会

検索

みやぎ子育て

検索

## 2. 母子支援事業



230311 東日本大震災母子支援事業

# 被災地・石巻における母子支援事業

被災地・石巻にて助産師のケアを提供致します

被災地・石巻における母子支援事業のご案内です。母体の安定が必要な期間である産後 21 日目まで、無料で助産院に入院して頂ける「助産院入所無料サービス」産院退院後の助産師が行なう家庭訪問を無料でご利用頂ける「産後の家庭訪問サービス」、宮城県助産師会が契約するホテルに無料で入って頂き、衣食住を全面的にサポートさせて頂く「産後の母子預かりサービス」「助産院における母乳育児ケアサービス」をご提供致します。日本財団、(社)日本助産師会、NGO 団体ジョイセフの助成により実施いたします。赤ちゃんのお風呂・観察、母体復古観察、母乳育児支援、助産師にお任せください。この間に子育て、一歩前へ進みましょう。

### ご利用できる方

・石巻周辺及び県外の被災妊産婦さま（里帰り含む）  
ご自身が対象になるか分からない場合、お問い合わせください。

### 助産院への入所無料サービス

### 産後の母子預かりサービス

～期間～

産婦さま：産後 21 日目まで・妊婦さま：日数応相談

～内容～

赤ちゃんのお風呂・観察、母体復古観察、  
母乳育児支援  
衣食住すべてお任せください。

～内容～

赤ちゃんのお風呂、観察、母体復古観察、  
母乳育児支援、ホテルへの無料宿泊、  
衣食住すべてお任せください。

### 産後の家庭訪問サービス

#### 一助産師による病院・産院退院後の家庭訪問一

- ・赤ちゃんのお風呂、ママの身体チェック等（3日間）
- ・母乳育児、子育てに関する育児相談

お問い合わせ、申し込みは

- ・(社)宮城県助産師会・  
022-297-1551
- ・ほんだ母乳育児相談室・  
0225-83-3597

### 助産院における母乳育児ケアサービス (保健相談含む)

石巻及び、宮城県内助産院において、母乳育児相談・ケア、育児相談等、  
3回まで無料でご提供致します。

TOMORROW

実施期間：2011年8月～2012年5月14日 3月末日

#### 事業概要

未曾有の大災害に被災地である宮城県の助産師にできることは何か。お電話相談を受け、全国の団体、個人さまからの支援物資を避難所・学校・近くの母子さんたち・罹災した施設・お電話頂いた地域に届けております。そして今、支援の輪はもっと広がりました。宮城県の妊産婦さまを助産師が支援してほしいという要請がたくさんきております。本事業は、被災母子さまが温かく、おだやかに産後を過ごして頂けます様、宮城県復興への全国の願いをお受けし、実施するものです。

#### 主催

一般社団法人宮城県助産師会  
〒983-0045  
仙台市宮城野区宮城野 2 丁目 7-48-101  
電話 022-297-1551  
FAX 022-349-8377  
siensenter@gmail.com

#### 後援

(社)日本助産師会、(社)東京都助産師会里帰りプロジェクト、  
日本財団、NGO 団体ジョイセフ、ティアラ会、  
宮城根っこの会、株プランタン銀座、  
みやぎ子育て・女性健康支援センター

宮城県助産師会

検索

みやぎ子育て

検索

### 3. 母子支援事業報告 (平成 24 年度社団法人日本助産師会 第 68 回日本助産師学会)

## 3.11 宮城県助産師会 被災母子支援事業報告

一般社団法人宮城県助産師会  
後藤美子

### I はじめに

平成23年3月11日東日本大震災において、一般社団法人宮城県助産師会は、以下の支援活動を行った。

- ①助産院における育児・母乳相談
- ②助産院・石巻ホテルにおける産後の母子預り事業
- ③電話相談
- ④支援物資搬入

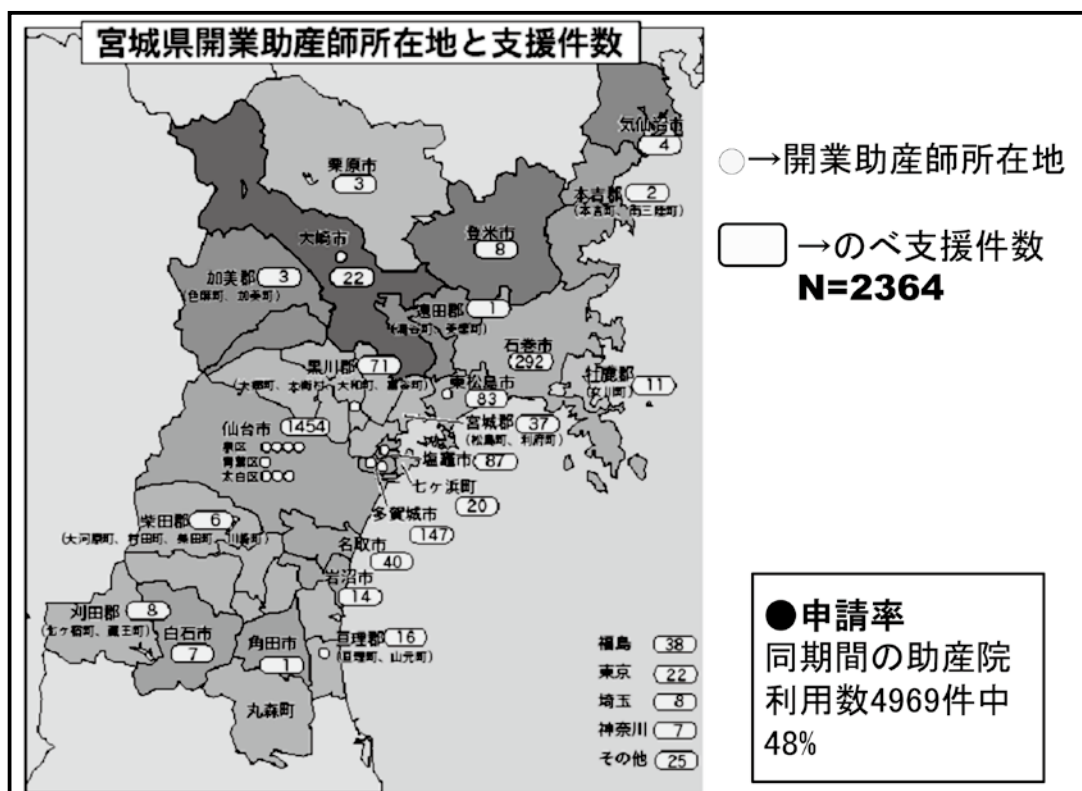
上記①助産院における育児・母乳相談事業の助成金申請書  
②助産院・石巻ホテルにおける産後の母子預り事業報告書から、震災時における助産師の活動内容・被災母子の実態をまとめた。震災時の助産師の活動に考察を加えて報告する。

### II 事業の概要

- 1. 育児・母乳相談**
  - ・支援内容: 母乳育児ケア、育児相談、家庭訪問
  - ・支援対象: 宮城県内外で本人又は家族が被災された
  - ・支援回数: 1人3回まで助成
  - ・実施期間: 平成23年3月11日から12月31日
  - ・支援事業参加助産所: 14助産所
- 2. 助産院・石巻ホテルにおける産後の母子預り事業**
  - ・支援内容:
    - 産後、助産院、ホテルへの入所および、産褥、新生児ケア
  - ・支援対象: 産婦、新生児とその家族
  - ・支援期間: 産褥30日を目標
  - ・支援事業参加施設: 5助産所、1ホテル

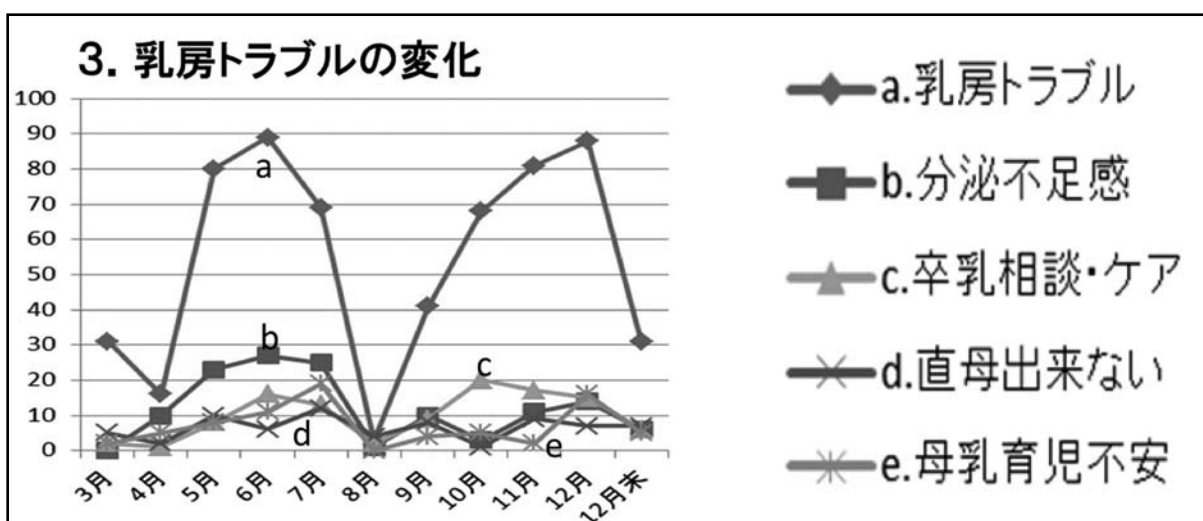
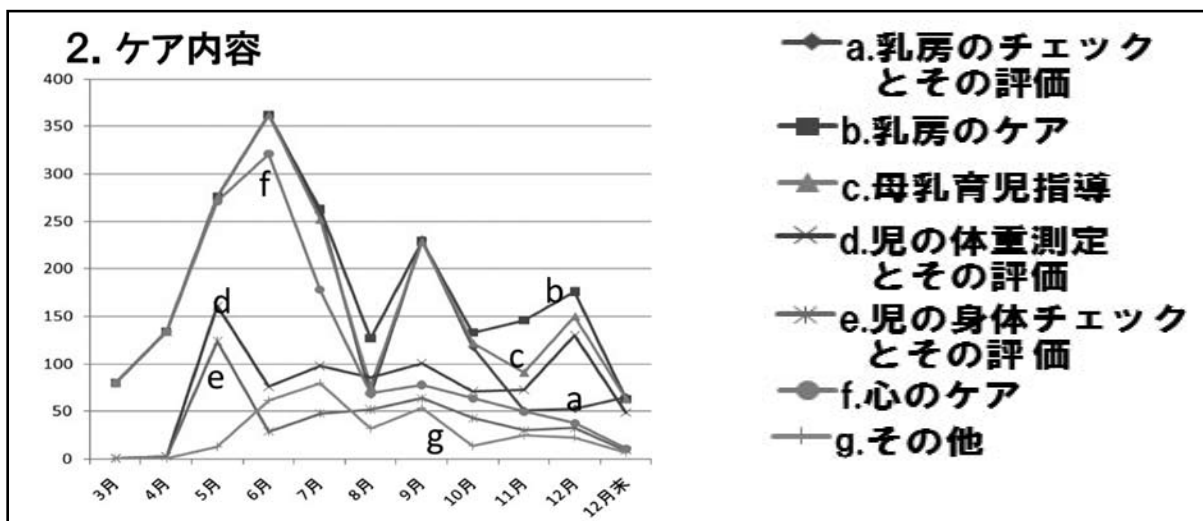
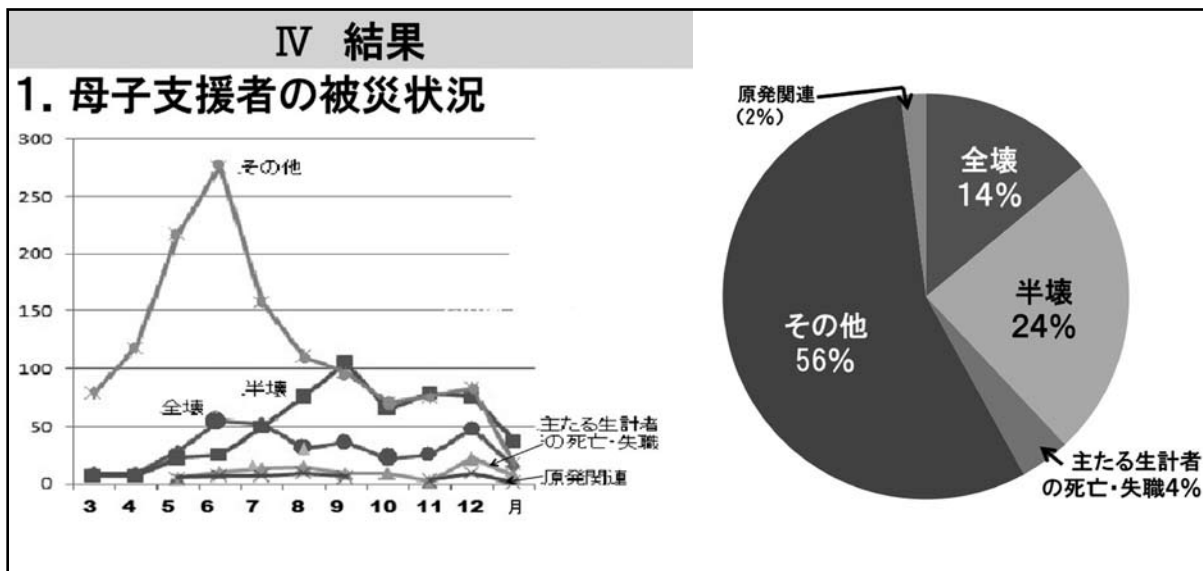
### III 調査期間・調査方法

- 1. 育児・母乳相談**
  - ・調査期間: 平成23年3月11日から12月31日
  - ・調査方法: 支援助産師記入申請書2364枚の調査
- 2. 助産院・石巻ホテルにおける産後母子預り事業**
  - ・調査期間: 平成23年5月15日～平成24年3月31日
  - ・調査方法: 報告書内容を調査
- 3. 倫理的配慮**



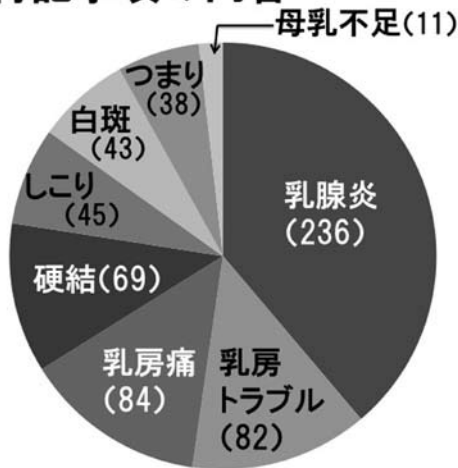


### 3. 母子支援事業報告

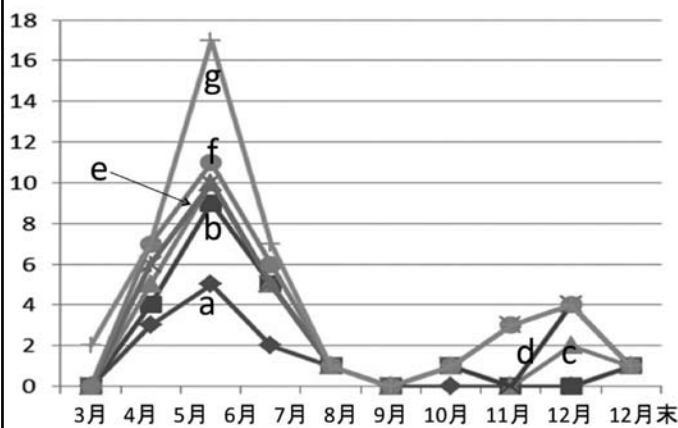


【注意】 全項目にわたって、8月分のデータ数が少ないのは、記録用紙変更による一時中断によるものである。

#### 4. 特記事項の内容

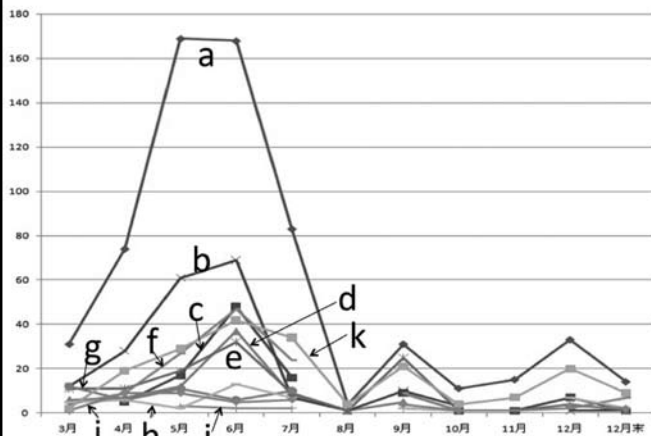


#### 5. 震災後の授乳に伴う児の変化



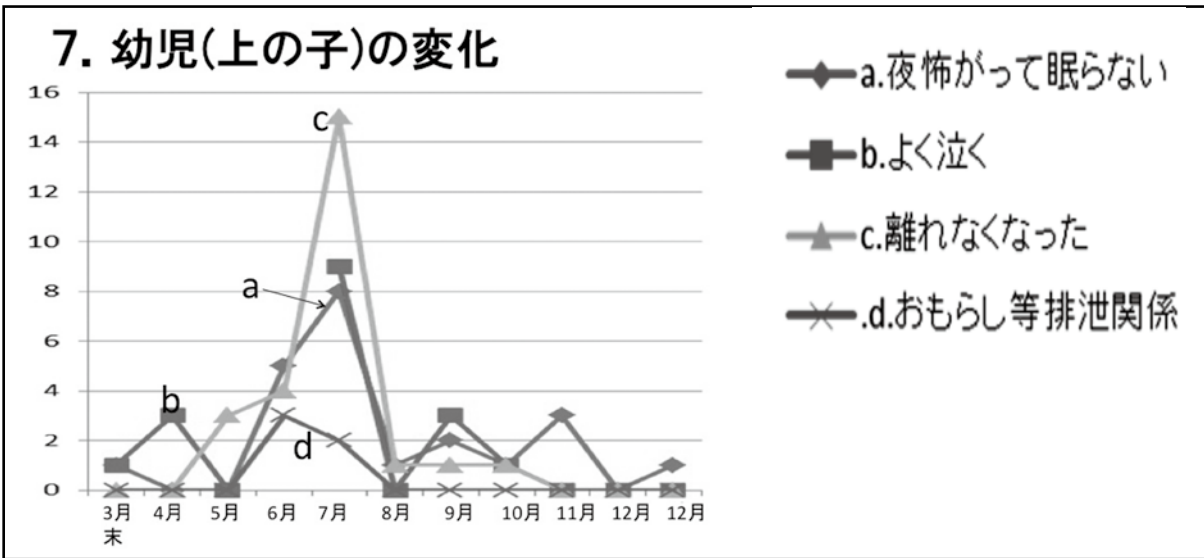
- ◆ a. 頻回授乳になった
- b. 吸わなくなった・嫌がる
- ▲ c. 飲みが悪い
- × d. 片側飲まない
- ※ e. ミルクを飲まなくなった
- f. ムラ飲み
- ⊕ g. その他

#### 6. 被災した母の不安の変化



- ◆ a. 育児不安
- × b. 余震への不安
- c. 放射能への不安
- ▲ d. 子どもを守るか
- ※ e. 震災による住居の変化
- f. 心身の疲労・体調不良
- g. ライフラインの不安
- h. 食料不足
- ◆ i. 生活への不安
- ⊕ j. 母の孤立
- k. その他

### 3. 母子支援事業報告



#### V 考察

- 今回の震災において、助産師の母子支援が有効であることが分かった。
- 被災後の母の不安定さを開業助産師は、「育児不安」状態としてとらえていた。そして、育児不安は、被災後2か月をピークに、4か月間がきわめて高値であった。被災母子支援事業において、特に被災後4か月をフォローする体制づくりが必要と思われる。
- 被災による住居の破壊、家族の死、職場の被災で経済的に厳しい母子がでてくる。被災母子の助産院利用料金の無料化は全国的レベルで考えていくべきであろう。

#### 考察

- 開業助産師が、母乳育児推進へむけて、ケアすると共に、被災し傷ついた心を受け止めていたことが分かった。
- 悲惨な被災後の母子を受け止める助産師の心のフォローに向けて、関わった助産師の心の変化や近場での心のフォローについてなど、今後研究を進めるべきであろう。
- 開業助産師不在地区の母子は、もっとも近くの助産院に来所していた。今後開業助産師増に向けて、団体として取り組む必要がある。

#### VI 今後の課題

- 震災後の母子支援に助産師のケアが必要であることがわかった。今回は幸いにも助成金で被災母子支援無料で係ったが、今後緊急時に関わらず、助産師ケアの受益者負担を軽減、無料化していく活動が必要であろう。経済的に厳しい母子が助産師のケアを受けられない構図は母子保健推進に反比例する。
- 緊急な震災時において、震災後の母親の心「育児不安」の程度を瞬時に判断できる指標の作成が必要と思われる。これは他団体との連携において、有効な指標になると思われる。
- 今回は緊急時の申請書の記述をそのまま集計したが、「乳腺炎・乳房トラブル・乳房痛・硬結・しこり・白斑・つまり」という分類が妥当であるか、今後の研究に期待したい。乳房トラブルにおける、助産診断についての共通理解が必要と思われた。

#### VII 最後に

- 日本助産師会、東京都里帰りプロジェクト、そして全国の県助産師会から、被災母子支援事業の運営資金を即時に提供して頂き、事業を早期に開始、推進出来た。
- 本事業においては、国際協力NGOジョイセフ様に多大なご支援を頂いたことをご報告し、感謝申し上げます。
- 産褥母子支援においては、日本財団様にご支援を頂いたことをご報告し、感謝申し上げます。

そして、被災し傷ついた母子の心身を受け止め、疲労していた開業助産師の心を受け止めて下さった、本部災害対策委員の「心のケア」事業を開催して頂いたことに感謝する。

【参考文献】  
高田昌代：災害対策委員会報告書、日本助産師会災害対策委員、2011

特集 緊急報告 東北地方太平洋沖地震

# 大震災被災県宮城県における 対応と支援活動

一般社団法人宮城県助産師会会長 代表理事 新田みつ子  
理事 後藤美子 石川初枝 後藤あき子 山岸和子 田村雪子(文責)

## 1. はじめに

2011年3月11日14時46分マグニチュード9.0という、未曾有の大震災に襲われた。これに伴う津波は、岩手県宮古市の38mを最大に、市が壊滅的被害を受けた南三陸町15m、宮城県仙台市新港8m、市の60%が被災した石巻市5m、岩沼市仙台空港12mと報告されている（港湾空港技術研究所と都司嘉宣・東大准教授の調査による）。この災害における死者5,110人、行方不明者5,223人、全壊家屋68,810軒（警察庁緊急災害警備本部発表2011年5月28日）、日本観測データ史上初の大震災といわれている。宮城県は北は気仙沼市から南は山元町までの沿岸地域すべてが地震と津波、内陸部は地震による甚大な被害に見舞われたが、会員に死者はなかったことが、不幸中の幸いであった。

今回、この大震災のレポートを被災県である宮城県助産師会に投稿依頼が参り、あつてはほしくないが、災害時の助産師活動を考える一助になればと願い、当会の行動記録と共に、今後へ向けての提言をまとめた。

## 2. お礼

- ① (社) 日本助産師会のML (メーリングリスト) 会員の安否確認に活用させて頂いた。  
助産師会に届いたほしい支援物資の発信が出来た。
- ② 全国の助産師会支部及び会員
  - ①の情報発信にすぐ対応して頂き、発信者にすぐ届けることが出来た。  
全国から宮城県営業所のミルク会社に集配手続きを取って頂いた。支援物資の集配センターあて着可能である情報も提示頂いた（物流が停止してお

り、第1便着が2週間後であった）。

### ③ ご支援頂いた団体

(社) 日本助産師会、東京都助産師会、各県助産師会支部及び会員、日本財団ロードプロジェクト、国際NGO団体ジョイセフ産後支援事業の物資提供、プランタン銀座、鎌倉ティアラの会、アイクレオ、明治乳業、井原繊維、宮城根っこの会この場をお借りし、お礼申し上げます。

## 3. 宮城県助産師会の活動

- 1) 被災時の宮城県助産師会会長（代表理事）声明と各助産師の行動  
「自分が出来る事をそれぞれ自己責任の元にやりましょう」

新田代表理事（会長）の被災後の声明である。これは、被災が大きく団体として機能することは不可能と判断しての発表である。このことはHPで会員に掲示した。

事務所の電気、水道が復旧した被災後3日目、3月14日、電気が復旧し、光フレッツを繋げたことから、宮城県助産師会の活動を開始した。事務所管理は理事で対応し、会員の安否確認から始め、母子の相談業務・乳幼児の入浴サービス（電気と共に水道も復旧。事務所に浴室、プロパンガスがありました）を開始した。

ライフラインの断絶は宮城県全般に及び、今も復旧していない市町村がある。

会員はライフライン消失、ガソリンなし、食料は備蓄のみの状況で、それぞれが家庭を守ることと、職務を全うすることで精いっぱいであった。今回の被災において、理事・開業助産師・新生児訪問指導員・休講になった非常勤講師等が中心になり活動し



## 4. 会員の雑誌投稿

た。米がない会員にリュックサックで持参するなど、支え合いの光景がたくさん見られた。

勤務助産師は、被災当日、粉雪が舞いガレキが散乱する道を2時間歩いて職場に向かい、暖房が消えた産科病棟で分娩に向かい合った。宮城県内の沿岸部の産科クリニックは壊滅状態に陥り、お産は大きな総合病院に集中し、その中、不眠不休で母子支援を続けた勤務助産師の疲労は計り知れない。

また、地元に着していた開業助産師の活動は、目を見張るものがあった。多賀城のナーシング助産院を中心にした避難所の訪問、支援物資の配布、元氣市（母子への支援物資配布）の活躍は、多くの母子を救った。宮城県亘理町のマミーばいばい出張助産師、岩佐あけみ氏は、自ら被災し避難所にいながら、行政スタッフと共に支援活動を行った。多忙な保健師さんとともに、把握可能な妊産婦さんの訪問活動を地道に続けた。また、ガソリン入手後に避難所や地域の皆さんの情報を基に、活動できる会員が母子へ支援物資を直接届けた。

保健指導部では、震災後新生児訪問指導が2か月間停滞していた地区が多く、この間、会員の安否確認と共に、それぞれの避難所・地域での支援活動、事務所に届く支援物資搬出活動に率先してかかわった。

### 2) 被災時作製した資料

以後の関連団体への連絡と財源確保に非常に役立ったのが下記の資料である。

- ①行動記録 → 各会員からの活動報告書をもとに後日パソコンへ入力
- ②支援物資受け入れ簿 → 支援物資受け入れ、会員の配布を記録。後日パソコンへ入力
- ③乳幼児の風呂利用説明書と承諾書利用簿
- ④電話相談用紙の活用

### 3) 宮城県助産師会としての気づきと今後の課題

- ①緊急時の指令系統を発令し統一させておいたのは、理事の動きを制限しなかった。
- ②宮城県助産師会が社団化を取得（2010年1月）しておいたことは、財源確保に必須であった。
- ③緊急時は、メールが最大の通信手段、次は携帯電話である。

被災間もない日数での電話によるお見舞い挨拶は不要である。必要項目のみ伝えるだけでよい。

### ④団体・個人からの支援物資について

- ・被災県、助産院にとって、時期、その量は適切であったか議論を進め、今後に生かすべきと考える。
  - ・他県からの支援がままならない期間（約2週間）を乗り切るためには、日頃から関連団体との関係を良好にしておく必要がある。
  - ・被災日数とともに変化する支援物資の内容  
ミルク・紙おむつ・離乳食→下着・乳幼児衣類→財源→心のケア→次に個別支援
  - ・支援物資は、被災県の承諾を得てから発送して頂くと助かる。
  - ・母子への提供が困難であり、腐敗の危険を考え食料の支援依頼はしなかった。しかし全国の先生たちからの支援物資の隙間に入れて下さった、大根・漬物・アルファ米、インスタントコーヒー・お煎餅・生姜湯・カリントウ等、助産師魂と母性をも感じ、心あたたまる、リラックス出来た瞬間であった。
- ⑤事務所に待機し、対外折衝をする固定した人材の確保が必要である。今回は携帯転送をフル活用し対処した。今回の担当者は、現場支援にかかわるとその悲惨さに、正常な判断能力が出来なくなると考え、行動は必要最低限とし、情報収集と発信を行った。
- ⑥報道対策として、各団体が報道機関に情報を提示するときは、多忙でも、電話・メールが復旧した時点で、被災県、また当事者の承諾を得る必要がある。

#### 常備しておきたい災害対策グッズ

- ・会員のメールアドレス、携帯電話番号
- ・助産師ゼッケン  
（被災後2か月にジョイセフさんから支援頂き、ピンポイントに配置した）
- ・多少のミルク・紙おむつ・お尻ふき・乳幼児は肌着、乳幼児服
- ・真摯に誠実に向かい合う団体のビジョン

- ⑦災害時の助産師のボランティアは必要である。助産師の知恵は被災地に存在するだけで母子支援に繋がる。このことは今回の震災で実証された。しかし、被災県の助産師は家庭と職場を守ることで精いっぱいである。宮城県助産師会が動ける助産

師の必要性を感じたのは、被災後3日目、県内避難時に配置は難しくても、訪問を定期的にしたいたいと考えた。が、被災県における人材の確保は難しい。加えて、被災県は緊急のボランティア受け入れ体制の構築、財源はないと考えるべきであろう。交通・宿泊・食事の確保をして、適時に被災地に入るスタイルを団体として構築していくべきと考える。また、無償ボランティアには限界がある。災害時ボランティア基金の確立も必要であろう。タイムリーに機能できる団体でありたい。

### 今後の事業展開

(社)日本助産師会、東京都助産師会、日本財団ロードプロジェクト、日本財団助産師による産後支

援事業、国際NGO団体ジョイセフ産後支援事業の助成を元に、以下の事業を展開する。この投稿が皆様の手元に届くころは、初期報告が出来るかと考える。

- ①宮城県内外の産後の助産院及び収容施設における入所サービス
- ②被災母子への家庭訪問事業
- ③被災者への助産院における保健相談及び、乳幼児育児支援事業
- ④出産後施設退院者へのプレゼント及び情報提供事業

### 4. 最後に

今回の震災におけるご支援にお礼申し上げますとともに、宮城県助産師会の活動に今後ともご支援頂きたく、お願いしご報告とする。



# 震災～その後

## 3. 11宮城県助産師会被災母子支援事業報告書

新田みつ子 田村雪子 加藤由美 山岸和子 後藤あき子 石川初枝 後藤美子

一般社団法人 宮城県助産師会



支援物資頒布イベントにて

### 1. 緒言

平成23年3月11日東日本大震災において、一般社団法人宮城県助産師会（以下当会と称す）は、①助産院における育児・母乳相談 ②助産院・石巻ホテルにおける産後の母子預り事業 ③電話相談 ④支援物資搬入を行った。

今回①助産院における育児・母乳相談、②助産院・石巻ホテルにおける産後の母子預り事業に関わった開業助産師記載の申請書から、震災時における助産師の活動内容と母子の心の変化をまとめた。震災時の助産師活動の考察を加えて報告する。

表1 助産院における育児・母乳相談件数

(組)

3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	12月末日	合計
82	137	285	369	295	244	262	199	188	231	72	2364

表2 助産院・石巻ホテルにおける産後の母子預り事案件数

(組)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
2	4	0	5	3	1	8	5	8	9	16	13	74

### 2. 調査期間・調査の方法

調査期間：平成23年3月11日から平成24年3月末日  
(一部平成23年12月末日)

調査方法：支援助産師が記入した本会作成申請書2364枚、及び産後の母子預り事業申請書74枚の調査の集計

倫理配慮：調査目的は、震災後母子に助産師のケアが必要であることを全国に報告することである。このことを運営に関わった理事・役員、そして支援に関わった助産師に説明し了解を得た。なお、データー処理に当たってはイニシャル化し、個人のブランバシーを守り、かつ事務所内で行いデーターの流出をさけた。この調査によって個人の不利益は生じないことを伝えた。

### 3. 結果

#### 1. 同期間の宮城県内助産院利用者と被災母子支援事業申請数と割合

同期間の宮城県内助産院利用者数4969人中2364人 申請率48% (助産院・石巻ホテルにおける産後の母子預り事業除く)

表3 被災母子支援対象者の住所

(件)

仙台市	石巻市	塩竈市	気仙沼市	白石市	名取市	角田市	多賀城市	岩沼市	登米市	栗原市	東松島市	大崎市	刈田郡	亘理郡	柴田郡	宮城郡	黒川郡	加美郡	遠田郡	七ヶ浜	牡鹿郡	本吉郡	福島	東京	埼玉	神奈川	その他
1454	296	87	4	7	40	1	147	14	8	3	83	22	1	16	6	37	71	3	8	20	11	2	38	22	8	7	25

表4 ケアの内容

(件)

a. 乳房のチェックとその評価	b. 乳房のケア	c. 母乳育児指導	d. 児の体重チェックとその評価	e. 児の身体チェックとその評価	f. 心のケア	g. その他
1697	1989	1835	849	436	1294	312

2. 助産院における育児・母乳相談月間利用延べ件数(表1)

3. 助産院・石巻ホテルにおける産後の母子預り事業(表2)

平均利用日数は11.5日であった。ご家族の受け入れ人数は延べ530人であった。

4. 被災母子支援事業受益者の住所(震災前の居住地とした)(表3)

支援対象は宮城県全域にまたがり2264人、県外は福島県からの避難母子38件はじめ合計100件の支援であった。支援対象は宮城県全域にまたがり2264人、県外は福島県からの避難母子38件はじめ合計100件の支援であった。

5. 助産院における育児・母乳相談事業におけるケアの内容(表4)

ケアの内容は、a. 乳房のチェックとその評価1697件 b. 乳房のケア1989件、母乳育児指導1835件、以下表のようになっていた。震災後の心のケアは1294件と約半数の母親に必要なケアであった。

6. 助産院における育児・母乳相談における被災後の母親の不安の変化

夫・子ども・家族の死、住居・職場の被災、数多い余震、放射能、生活への不安などを抱える被災母子の心を、開業助産師は「著しい育児不安」としてとらえていた。その数は被災後4か月までが大きなカーブを描いていた。

#### 4. 考察

この調査を通して、助産院を活用する母親は母乳を希望し、乳房トラブルへの対処のために来所、そして被災の心身、生活の苦痛を助産師に話しそれを助産師が受容していたことがわかった。また、被災

後4か月間に不安が大きいことが分かった。

また、特記事項欄には脈々と被災の様子、母の苦悩等を書き添え、宮城県助産師会に届けてくれる組織力を痛感した。

#### 5. 今後の課題

緊急災害時において、他団体との連携を加味し、不安の程度を瞬時に判断できる指標の作成が必要と思われた。また、乳房トラブルの内容までは本調査ではできなかったが、統一した助産診断が必要と思われた。

今回、未曾有の大災害において、日本助産師会はじめ全国の助産師会、日本財団、NGO団体ジョイセフ、東京都里帰りプロジェクト様から温かいご支援を頂き事業を展開したことを添え、この場を借りてお礼申し上げます。

●連絡先：一般社団法人宮城県助産師会 新事務所  
〒982-0817 宮城県仙台市太白区羽黒台21-25  
☎022-244-8007 メールmiyagisanba@gmail.com



平成24年度宮城県助産師会通常総会にて  
右から2番目 新会長 後藤美子



### 特集

# 懐中電灯でのお産

とも子助産院 助産師 伊藤 朋子

震災後、余震が続く仙台で、お産をとりあげ地域の母子を支えた助産院があります。  
とも子助産院の当時の経験を写真とともに語ってもらいました。

## はじめに

震度7の激震は3階建ての自宅兼助産院に液化と地盤沈下をもたらした。家具が転倒し備品は破損、震災直後に使えたのは1階の自宅居室の一部だけだった。しばらくは、避難しやすいよう玄関ホールで寝起きした。

ライフラインは4日間ストップし、物流が回復しガソリンが買えるようになるのに2週間かかった。車社会の東北においてガソリンがない

ということは、即、人と物の移動が滞るということ。支援をするにも受けるにも最も不自由を感じたことだった。

それでも、津波の被災地区ではなかったこと、宮城県沖地震がほぼ100%来ると覚悟して、普段より物資の備蓄や震災対策を行っていたことから、極限の困窮は経験せずに過ごすことができた。反射式石油ストーブやカセットコンロ、アウトドア用品のランタン、懐中電灯、湯たんぽ、魔法瓶、アルミシートなどが活躍した(写真1)。

写真1 石油ストーブとランタン



## 震災2日後のお産

経験したことのない暗闇と星のまたたきのなか、震災2日後の深夜に分娩があった。産婦さんのお母さまは、当助産院近くの総合病院の師長さん。「D-MATが来ているのだけど、ボイラー故障、断水、停電……まるで寒い野戦病院。こっちのほうが、まだ環境がいいわよ」と言って陣痛中の娘さんを1人助産院に残し、職場にとんぼ返りしていった。産婦さんも「子ど



写真2 震災後2日目のお産

ものときから、災害があると母はいつも緊急招集で出かけてしまっていて心細かった。家族は、もう諦めています」と苦笑していた。私は自宅と職場が一緒なおかげで、余分な気を採むことなく家庭でも仕事でもそれなりの役割を果たすことができた。開業助産師でよかったなあと思った。

分娩用の衛生材料はディスposableのキットを備えてあった。普段より、分娩台を使用せず、明かりを落とした環境で分娩介助を行っていたので、普通の部屋でランタンや懐中電灯の光のもとで分娩すること自体は何ら問題なかった。しかしスタッフが出勤できない状況で、通常は助産師3名体制で行なっている分娩を1名で対応しなければならず、そのうえもし異常が発生しても連絡法も搬送の手段もない状況だったため、緊張を強いられた。幸い、産婦さんも冷静で、元気なかわいい赤ちゃんが無事に産声を上げた(写真2)。

リスク回避のため、普段は行なわない予防的な収縮剤投与を産後に実施した。

## 余震と寒さの中で

2件目のお産は、震災後9日目だった。サポート助産師たちに連絡がつき、いつも通りの助産師3名体制での分娩介助に戻ることができた。大きな余震が続いており、いつでも外に避難できるよう、常にみんなが厚着をしていた。3月なのに雪が降り、寒く、室内でスキーウェアを着込んでのお産介助だった。

死傷者こそ出なかったものの、スタッフの多くが被災した。この日来てくれた助産師2人の自宅も全壊だった。学校は長期休業。そんな中、多くのスタッフが子連れで出勤し、助産院の復旧や地域の支援活動に尽力してくれた。

安否確認が取れるまでの長い緊張を誰もが体験し、行方不明者の捜索に困難を極めていた時期でもあり、家族がそばにいないと、皆、とても不安だった。また、建物の安全が確認できていなかったため、母児は自宅で家族と過ごすほうが安全と考え、出産翌日には退院とした。とても心苦しかったが、母乳育児の本と体重計を





写真3 雪の中の来院

持たせ、心配ながらも送り出した。

### 助産院に明かりを灯して

停電の4日間、玄関にランタンを灯し、助産院が健在であることを示した。また、分娩用の防水シートでポスターを作って、助産院でできること、できないこと、母乳を飲ませ続けることの大切さなどを書き、玄関に貼り出した。

ガソリン切れで遠くの病院へ通院できなくなった近隣の母児が、多く相談に訪れた(写真3)。妊婦健診やK<sub>2</sub>シロップ・支援物資の提供などを行なったが、他院で出産予定の方の分娩を介助するまでには至らなかった。通信が回復してすぐに、東北大学病院の周産期救急搬送コ

ーディネーターが、「何かあったらいつでも連絡してください」と電話をくれたのが、心強くありがたかった。

母乳育児を推進する立場から、普段の粉ミルクのストックは少なかった。外部から来るベビーの数が多かったり、期間がもっと長かったりしたら、おそらくまかないきれなかっただろう。母乳育児推進派であっても、非常用の粉ミルクと哺乳瓶はある程度、備えておくべきと思った。

小さな助産院だけれど、小さいなりに機動力ある活動ができたと思う。街の中心部はきれいになりつつあるが、復興とは名ばかり、人々の心のほころびが、いま表面化しつつある。災害規模が大きかったため、1年経ってもまだ軽い躁状態でハネムーン期にあるとも言われるが、援助職の支援疲れは顕著になってきている。

そんな中でも、全国からのたくさんのご支援に感謝しつつ、復興への遠く長い道のりを女性たちとともにゆっくりと歩いて行きたい。☺

#### ◆いとう ともこ

とも子助産院

〒981-3124 仙台市泉区野村字野村 95-6

## 被災地での母乳育児支援

とも子助産院 助産師・IBCLC 佐藤 由美子

東日本大震災では、母乳育児の大切さが改めて認識されました。  
自分自身も被災しながら母子の支援を続けた助産師の体験から、  
災害時の母乳育児支援について学びましょう。

### はじめに

私たちは未曾有の大きな災害に見舞われた。多くの人々が亡くなり、家も財産もそれまでの暮らしも失った。私自身は仙台市内の勤務先の助産院で被災し、赤ちゃんを抱っこして建物から逃げた。また津波が自宅(多賀城市)のおよそ1 km 手前まで来たが幸い被害はなく、ライフラインが途絶して大変な思いをしたものの、数日後からはボランティアとして避難所を訪れる活動に参加することができた。

ここではその避難所ボランティア、新生児訪問、助産院の母乳育児相談などで見聞きしたことの中から、母乳育児支援に的を絞った話をお伝えできればと思う。

### 避難所での活動<sup>1)</sup>

仙台市内にある勤務先の助産院が「妊産婦相談可能施設」としてテレビで紹介され、電話相談が殺到したことがきっかけで、その電話に全

国各地の助産院が当番制で24時間対応してくれる仕組みができた。この情報を避難所で困っている人に伝えるため、手書きポスターを作って近くの避難所や居住地の市役所へ掲示の依頼に回るようになった。そこから、保健師が避難所で行なっている健康相談に、私もボランティアとして子連れで同行することとなった。

しかし震災6日後の時点では、避難所にはすでにほとんど乳児はおらず、小さい子ども連れの母親はつてをたどったり、あるいは自力で安全なところに避難していた。

1人津波にあった妊婦さんに出会って、お産を控えていたため母乳育児に関する情報提供を行なった。かかりつけの出産施設は津波の被害を受けたためほかの施設に回され、出産直前にさらにほかの総合病院に行くよう言われ、「たらい回しにされないか？」と不安だったと話していた。

お産の後、この方には「吸わせていれば出るんだと信じて、がんばれた」と感謝された。妊娠中は雑誌からの情報しか持ち合わせていなかった妊婦さんが、助産師の情報提供によって母



写真1 避難所の妊婦さんが無事に出産



写真2 元気に7か月経った様子

乳育児をスタートすることができたのは喜びであった。出産直後(写真1)と7か月経った母子の様子(写真2)を許可を得て掲載する。

避難所では母乳育児相談は少なかったが、思いを話したい人、体調が悪い人などたくさんの方が、すがる思いで助産師の私に支援を求めてきた。「求められることに答えていくうちに必要なものが出てくる。今やっていることの意味を問うよりは、今やれることを迷いなくやっつけばよい」と、私たちのケアに当たってくれた臨床心理士さんが言ってくれた。特に災害直後は、専門性は発揮できなくても、幅広い対象の人々に必要とされていた。

### 母乳に助けられた

ライフラインが途絶し流通が麻痺して、食料の調達が困難な中、母乳育児をしている母親たちは「母乳があって本当によかった」と口々に話していた。

震災前は混合栄養だったが、震災直後は「やるしかない」と吸わせ続けて母乳育児に自信を持ってたという話も多く聞かれた。NICUを退院したばかりのダウン症の赤ちゃんが、「避難所で3日間過ごすうちにおっぱいを飲めるようになった」という話も聞いた。

## 災害時の母乳育児を困難にする要因

### 早期退院と支援の欠如

震災直後は、被害の少なかった出産施設に被災者が集中し、食糧不足、ライフライン途絶、安全性確保目的などで、早期退院を余儀なくされた方が多かった。退院後継続支援できた施設では母乳育児が継続できたが、十分な支援を受けられない場合には人工乳の補足が増えていた。

### 仮設住宅の過酷な育児環境

仮設住宅では隣の部屋に声が筒抜けであるため、泣かせてはいけないとの思いが強くなる。これまで母乳育児で2人育てたが、仮設住宅では母乳を飲ませても児が寝ないときに人工乳を補足していたという母親がいた。そのためか、1か月健診では児の体重が2kg近く増えていた。避難生活では、育児中の母親への負担が大きいことを考えさせられる事例だった。

### 周囲のサポートが少ない母親の育児負担増大

災害時には特に、周囲のサポートが母乳育児



継続への鍵である。夫が自衛隊員、警察官、消防士、役所職員など災害時に忙しい職種のためにサポートを得にくい母親には、大きなストレスがかかったと思う。このような環境の方で、地震の被害もさることながら、母乳育児確立にも時間がかかって不安が強い傾向があった母親が、震災後しばらくして精神疾患を発症した。支援について考えさせられる事例であった。

### 適切な情報が得られず 母乳育児に迷う母親たち

母乳育児を希望していても適切な相談先を見つけられず、母乳育児をあきらめるに至ったケースを見聞きした。

「お風呂に入れなくて、体が汚いのが不安でミルクにした」「支援物資にミルクをもらった。不安だったのでミルクをあげるようになった」「母乳から放射能が出たという報道を聞いてミルクに変えた」との声が聞かれた。

### 母乳育児を妨げる人工乳

海外から液体人工乳が届くなど「災害支援に人工乳を」というキャンペーンの高まりもあり、震災後しばらくしてから被災地には人工乳がかなり潤沢に出回った。また母親の周囲の支援者には人工乳でわが子を育てた世代の方が多く、母乳育児中の母親が不安のため人工乳を補足するようになる場面が見られるなど、母乳育児支援とはほど遠い状況も生じていた。

### 災害時の母乳育児相談と 「先進国における 災害時の乳児栄養」<sup>3)</sup>

お母さん方からの育児相談を受けるにあつ

て、NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会(JALC)のウェブサイトから発信される情報が大変役立った。サイトにある「地震や水害にあった母乳育児中のお母さんへ」「被災者の救援にあたっている方へ」「お母さんを援助している方、および、メディア関係者の方へのお願い」「災害時の母乳育児相談—よく聞かれる質問」は大変具体的に書かれている<sup>2)</sup>。

この中の「援助者」とは、私たち医療者だけでなく、行政、メディア、家族など母親を支援するすべての人である。この震災では、前項で挙げたような母乳育児を妨げる困難があったが、援助者が同じ目的に向かって支援する状況が整えば、災害時においても母子が安心して過ごす環境を作ることができるであろう。災害が起こる前からの、援助者すべてへの適切な情報発信が課題であると感じる。

また今回の災害支援資料として日本語訳がJALCのサイトにアップされた「先進国における災害時の乳児栄養」<sup>3)</sup>には、母乳で育てている母子だけではなく、母乳で育てていない母子も同じように支援されるべき対象であるということが記載されている。母乳育児中の母子とそうでない母子は区別して支援されなければならない、1週間の必要物品はかなり違っている(表、写真3)。さらにここには、今回ほどの甚大な災害直後には人工乳が手に入らないことも予測して、生き延びるための人工乳の置換栄養についても記載されている。乳児栄養に関する災害対策としての具体的なノウハウが詰まった情報である<sup>3)</sup>。

これらの情報は、災害時の母と子の育児支援共同特別委員会制作の「災害時の母乳育児相談—援助者のための手引き(改訂版)」にまとめられている<sup>4)</sup>。



表 乳児に必要な1週間分の備蓄物品

<p><b>母乳だけで育てている児</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 紙おむつ 100 枚</li> <li>• おしりふき 200 枚</li> </ul>
<p><b>人工乳だけで育てている児</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 粉ミルク 900 g の缶 2 つ</li> <li>• 飲料水 56 L (1 日 8 L として計算)</li> <li>• 保存容器 (蓋つきでつぶれない固さのもの)</li> <li>• 蓋つきの大きな鍋 (器具を煮沸消毒するためのもの)</li> <li>• やかん</li> <li>• カセットコンロとカセットボンベ 8 本</li> <li>• 計量カップ (お湯を量るためのもの。消毒できるよう耐熱性がよい)</li> <li>• 紙コップ 120 個</li> <li>• 割り箸 120 組</li> <li>• 大きめのペーパータオル 300 枚 (手や器具を拭くため)</li> <li>• 洗剤</li> <li>• 紙おむつ 100 枚</li> <li>• おしりふき 200 枚</li> </ul>



写真3 人工乳で育てる場合に必要1週間分の備蓄品

表・写真3提供：大山牧子，写真撮影：小林絵里子，佐藤蘭子

事業ができた。家計のやりくりが苦しいなかで子育てする母親も気軽に相談できるため、母乳継続のみならず精神的サポートを受けられる場となっていた<sup>5)</sup>。

### 支援する側への支援が必要

同じ被災体験をした私たち地元の支援者は、被災者に共感的にかかわることができる。一方で、実は自分たち自身も今までに経験したことのない大規模災害の被災者であり、多大なストレスを抱えていた。日本助産師会のはからいで、阪神大震災を経験した臨床心理士さんが私たちのケアに3回来てくれた。涙ながらに体験談を話していた助産師たちに、「今はスーパーマンでも疲れるぐらいの大変なことをしている時期、疲れた人は外れていい」と話してくれ、気持ちがとても楽になったことを覚えている。本当にありがたかった。

今回のような大震災の後には、長期的に母子のケアを続けていくためにも、このように支援をする側へのケアが必要と感じた<sup>6)</sup>。

### 被災地支援者のジレンマ

あまりの被害の大きさに、全容把握ができなかったため、どこから手をつけてよいかわから

## 被災地支援者から伝えたいこと

### 遠隔地からの支援の手

電話相談を転送する仕組みができたことにより、遠隔地と被災地支援者の役割分担ができた。また当助産院のウェブサイトではJALCのサイトをリンクして紹介していたので、いろいろな情報が錯綜して報道される中、特に知識として不十分であった放射能と母乳に関しても最新情報を早い時期から入手でき、活動するときの大きな助けとなった。加えて、各団体からの寄付金のおかげで母乳相談を無料で提供する

ず十分に動けないもどかしさを感じていた。自分自身も被災者であったため生活するのにかなりの労力や時間が必要であった。そのうえ余震が続き不安が拭いきれない。「できること、できないこと」の範囲を自分で決め、優先順位をつけて動く必要があることを学んだ。

## おわりに

今回、震災後に母子の支援にかかわり、時期によって支援内容が異なることを経験した。

災害発生から3日は貯蓄した物資と知識を使ってじっとしのぐ時期。その後地域で活動する助産師であれば、近くでできることから活動する。物資や支援者が動き始める1か月後くらいまでは、ボランティアをしながら、その地域で起きていることの状況把握が必要となる。復興期は、対象により支援内容にかなりの差が出てくるため、個々に応じた支援が必要である。そして全期間を通して、育児中の母親の精神的サポートが重要であることを強く感じた。

1年あまり経った今、外部からの支援が少なくなる中、被災者間に格差が生まれていると感じる。どの制度からもこぼれてつらい状況で生活している人もおり、草の根で息の長い支援が今後の課題とされている。

スポーツの世界で「練習でできないことは試合でもできない」と聞くことがあるが、災害対策も同じと感じた。物資には消費期限や置き場が必要だが、知識には不要。「母乳が出ていて本当に助かった」というお母さんたちの声を聞き、私たちが常日頃から力を入れてきた母乳育児支援の大切さ、それがすなわち「災害時の備え」となることを改めて感じさせられた1年だった。母と子が元気であるために、これからも支援していきたい。

この場を借りて、災害時から支えてくださった全国の皆様に本当に感謝いたします。

稿をまとめるにあたり助言いただいたIBCLCでもある元NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会代表産婦人科医 涌谷桐子先生、亀田総合病院新生児科医 奥起久子先生、日本赤十字看護大学大学院国際保健助産学教授・助産師 井村真澄先生、写真を提供いただいた神奈川県立こども医療センター新生児科医 大山牧子先生にお礼申し上げます。

### 参考文献

- 1) 千葉母乳育児学習会：第17回母乳育児支援を学ぶ千葉教室シンポジウム「災害時の母乳育児支援」記録/資料集、千葉母乳育児学習会、2012。
- 2) NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会：災害時の乳幼児栄養・母乳育児支援情報、NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会ウェブサイト、[http://www.jalc-net.jp/hisai\\_support.html](http://www.jalc-net.jp/hisai_support.html) [2012.04.11アクセス]
- 3) Gribble KD, Berry NJ: Emergency preparedness for those who care for infants in developed country contexts. *International Breastfeeding Journal*, 6(16), 2011.  
(大山牧子、瀬尾智子訳：先進国における災害時の乳幼児栄養、NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会ウェブサイト、<http://www.jalc-net.jp/gribbleandberry.pdf> [2012.04.11アクセス])
- 4) 災害時の母と子の育児支援共同特別委員会：災害時の母乳育児相談—援助者のための手引き、災害時の母と子の育児支援共同特別委員会、2011。
- 5) 葛西圭子：本部だより—被災会員への支援、被災地の助産師による母子ケア活動支援、助産師、65(4)：36-37, 2011。
- 6) 中根直子：避難所における妊産婦の保健指導・看護支援、産婦人科の実際、61：25-31, 2012。

◆さとう ゆみこ

とも子助産院

〒981-3124 宮城県仙台市泉区野村字野村 95-6



## II. 大災害後の中長期的課題

## 東日本大震災発生当初の妊産婦への看護支援 —宮城県内の助産師への聞きとり調査から—

宮城大学看護学部教授 塩野悦子<sup>しおの えつこ</sup>

**キーワード** 東日本大震災、妊産婦への看護支援、助産師、宮城県

### はじめに

宮城県では確率99%の大規模地震発生の予報に、私達は学習や訓練を重ねて備えはしていたつもりだが、東日本大震災が突然起こり、生活や人生が一変した。この想定外の大震災の折、妊産婦への看護支援はどのような状況であったのだろうか？今回、平成23年7月下旬から9月上旬にかけて、宮城県内の病院（仙台市内・県北・県南）の助産師8名、地域（市町村）の助産師1名から、震災発生当初の活動状況・困難点・工夫点・課題などの聞き取り調査を行ったので報告したい。

### 1. 建物倒壊や落下物への不安

老朽化している病院の場合、病院スタッフは建物倒壊の恐れを抱いていた。患者の集団避難も覚悟したが、建物の安全が院内放送で流れたこと、倒壊部分をワイヤーで固定した写真を職員に見せたこと等が「ここで頑張れる」とスタッフの安心感と士気を高めた。

病院の主な被害には、壁の崩落、病室内スプリンクラー故障による水浸し、新館と旧館の境の破損、分娩室が使用不可能となり通常の病室を急きょ分娩室として稼働させる等があった。また3月11日の地震では大丈夫でも4月7日の大きな余震で建物損壊が起こった病院もある。重い物は下に置く、物の固定、日頃の整理整頓という備えは鉄則だ。

また母親らも物の落下には不安を覚え、余震が来るたびに赤ちゃんを抱いて覆いかぶさるような姿勢をとった。不安軽減のために4点柵をベッドに取り付ける、ベッドを壁につける、引き戸はガムテープで止める、安全な場所（授乳室等）にマットを敷いて褥婦を集める等の対応を行っていた。

### 2. スタッフも被災者

今回の震災ではスタッフも皆被災者であり当初数日間は病院から離れられず、働き詰めだった。ガソリン不足・子どもの預け先がない・食料の調達・数日間家族の安否不明・家族親戚の死・家の損壊などを抱えながらの勤務であった。「私が頑張らないでどうするんだ」と乗りきった。スタッフが互いに食料を分け合う、声をかけあう等、今回ほどスタッフの絆を感じたことはないという。家に住めない場合は病室が解放され食事も提供された。しかし、被災地域の看護職の心的反応には、疲労・不眠・涙もろさ・イライラなど1年たっても不安定な状態がみられるという<sup>1)</sup>。災害サイクルに応じた職員の精神的支援も必要である。

### 3. ライフライン寸断による影響と対応

今回の震災では、ライフラインの復旧が長引いた。病院では自家発電が稼働したが、かなりの極限状態であり節電が物をいった。ガス復旧は遅れ、シャワーや沐浴ができないため、約1か月ほど産後は早期退院（2～3日）を余儀なくされた。

母子保健情報 第64号 (2011年11月)

断水が長く続いた病院や地域ではトイレが流せず、トイレの使用制限、排泄物の始末、水の汲み置き、手洗い励行に尽力を注いだ。

また新生児の低体温予防が重要課題であり、助産師たちは、ホックイロ・湯たんぼ・毛布・アルミシート・サランラップなどで工夫した。一方、妊産褥婦やスタッフもヒートテック・ジャンパーなどの重ね着で寒さを凌いだ。

入院中の食事は1週間は備蓄の保存食で賄えたが、日に2食にせざるを得ない病院もあった。不足分はスタッフによる炊き出しや食材の提供等、病院それぞれに工夫していた。しかし笹かまぼこ1枚のときもあり、備蓄不足が露呈した。

地域の避難所に詰めていた助産師は、最初の1週間は電気も水も途絶えながら避難所内のインフルエンザ対応に追われた。やっと妊産褥婦と携帯電話が繋がった頃には、風呂に入れない赤ちゃんのおむつかぶれが蔓延していた。有志助産師らとプロパンガスのある助産院での沐浴サービスや物資支援などに奔走した。

また、仙台-東京間の交通手段が寸断されたことは病院への物資流通にも大きく影響した。さらに多くの開業医が被災したため、総合病院産科の分娩数が一気に増え、薬品・分娩セット・ガーゼ・ナプキン・おむつ等が不足した。最初の1週間は赤ちゃんのおむつ交換は排便時のみを余儀なくされて心が痛む思いだったという。その後東北大学病院を拠点に支援物資が徐々に集約され、被災地病院や地域に物資供給が可能となった。しかし交通網が復旧してくると過剰な物資が倉庫に満杯となったり、課題も次々と変化した。

#### 4. 妊産婦への対応

今回の震災では、宮城県内の産科セミオープンシステム（仙台市・宮城県北部）や周産期ネットワークによる搬送システム<sup>2)</sup>が稼働していたことが災害対応にも功を奏し、気仙沼市や石巻市のハイリスク妊婦の搬送が瞬時に行われ、多くの命が救われた。

震災発生後、病院に人が集まりだしたのは夜に

なってからである。津波に浸かり身ひとつで訪れた方、ご家族（夫・お子さん・ご両親）を亡くされた方、家を流された方…どの妊婦も自分のことより「赤ちゃん大丈夫ですか？」と胎児の安否を心配していた。歩行してきた妊産婦はトリアージ「緑」に分類されるが、医師や助産師が外来で対応して一般傷病者と区別するよう配慮された。しかし、被災地からの突然の妊産婦の来院やITのシステムダウン、母子健康手帳紛失等により、本人確認作業と病院独自の手順説明に追われた。

病棟ではスタッフが即座に妊産婦の安否確認と声かけに向いた。ずっと泣いていたり、怖がっている方々も多く、一人ひとりへの傾聴を心がけて回った。宮城県での防災意識は高く、日頃の訓練の賜物だったという。

地域（市町村）の助産師は、台帳で妊婦を調べて連絡し、避難所に妊婦がいたら連絡をくれるよう頼み、連絡あれば訪問した。このような大災害では電話線が寸断されるため、携帯電話番号の把握が重要だった。妊婦は県外に脱出している方も多かった。助産師は電話で「どうですか?」、「移動するとき教えてね」、「胎動はあるか」等と声をかけるのみだが、どんなに安心したことかと思う。

震災約半年後に聞き取りをしたが、今になって精神的に崩れている妊産婦や母親が多いという。上のお子さんを亡くされた方はお産後に情緒不安定になっていたり、津波を見たお子さんが未だにパニックを起こしていたり、夫が救援者の方はストレスも高いという。語りの場（母親学級・産後入院などを利用）が必要であり、精神的な継続支援が急務である。

#### 5. 分娩時の対応

震災直後、多くの命が誕生したが、不思議と正常産が多かったという。産婦の「ひどかったんだー」「夫が流されてー」と命拾いしてきた思いと、助産師らの「いいお産にしてあげたい」「これ以上何かあっては大変」という思いが一体になってお産の場は非常になごんだという。現場は暖房が止まりかなり寒い状況だったはずなのに誰



ひとり文句も言わなかった。「自分達より大変な方々がいる」ことで、それだけ皆必死だったのかもしれない。

聞きとり先の病院によってさまざまだったが、大地震がお産に影響し、陣痛発来、破水、早産、流産などが目立ったように感じられたという。搬送先の病院によっては早産による帝王切開が増え、手術室の外回りにも助産師の手が必要となった。さらに炭水化物の多い食生活は妊娠高血圧症候群の増加をもたらしていた。

出産医療施設外での出産も数例存在した。避難所に助産師が出向いて介助できた場合もあるが、家族や避難所救護者、救急隊員が対応した場合もある。いずれも母子共に正常に経過し、その後産科に搬送されている。どの妊産婦も落ち着いており、助産師は「安産だったね、よかったね」と祝福の言葉をかけたという。

### 6. 母乳育児について

産後は母子同床で母親が赤ちゃんをしっかり抱っこして守っていたため、母乳で授乳をしていた方がほとんどであった。入院中はあまり授乳指導に手を貸せず、退院時には母乳は吸わせ続ける、不潔にしない、紙コップ授乳を促す程度であったという。

課題は避難所での授乳であった。授乳場所がない・赤ちゃんが泣くことへの負い目・自分達より大変な人達がいるという思い・栄養のない食事をとっていることがミルクに切り替える要因となっ

ていた。また、ミルクは様々な形態のものが支援物資として送られるが、アレルギー用ミルクがなかったことが課題であった。さらに、授乳中はタミフル服用ができないと言われ、ミルクに切り替えた方もあったという。災害発生時には助産師や母乳育児専門家が避難所に出向き適切な指示をすることも必要であろう。なお、当初の粗食事情の際に乳腺炎はほとんど起こらず、食料が充実してきた時期から発症してきたとのことである。

### おわりに

今回お話をお聞きしたどの助産師も、この大震災の修羅場の中でお産を経験した母親は、他の方より「この子と生きていくんだ」という気持ちが強いと感じている。災害は多くのものを根こそぎ奪い去ったが、人間の強さを確認する機会にもなった。人間はお産や母乳に関して自然に営む力を持っていることに改めて気づかされた。3.11前の日常が失われた悲しさはまだ深い、このたびの助産師への聞き取り調査が今後の活動に少しでも寄与できるものがあれば幸いである。

お忙しい中、聞きとりにご協力いただいた助産師の皆さまに心より感謝申し上げます。

### 文献

1. 山本あい子「妊産褥婦とその家族に対する災害時の看護活動」看護教育、47(3):209-213、2006
2. 岡村州博、上原茂樹「産科セミアオープンシステムとハイリスク妊婦の搬送システム」母子保健情報、61:74-79、2010

\* \* \*

## 5. 会員の被災体験と支援活動

### 1) 震災を振り返って

本田由美 (石巻市 ほんだ母乳育児相談室)

震災で、相談室をご利用いただいたお母さんが3人、子供たちが8人亡くなりました。ご主人も亡くされたお母さんが2人います。精神科やカウンセリングに通い始めたお母さんも2人です。

原稿の依頼をいただき、改めてあの日を振り返ったとき、思い出すのは地震の後の妙な静寂です。あの時、家の200メートル先まで津波がきていたことも後で知りました。その後の私は、身内の安否確認に3日かかって、その日その日を生きるだけで精一杯でした。電気が通って暖房器具が使えるようになった一週間後、乳腺炎のお母さんが玄関に立っていました。電話が通じないので、直接来たとのことでした。それからは、一週間に1～3人ペースで、車が使える方がみえました。避難所からの方もいました。沿岸部で津波被害が大きかったところからお母さんたちが来れるようになったのは6月に入ってからだとおもいます。

被災地母子支援事業は、たくさんの母乳育児をがんばっているお母さんたちを支えてくれました。当相談室の利用者は半壊・全壊や震災により経済的に困難になった方が8割なので、大変喜ばれました。自宅・実家ともに全壊で4人目の授乳中の方が2人、5人目の方が1人おります。

11月にはいって、津波に足を捕られながら3才と5ヶ月の子供を抱えて逃げたお母さんからPTSDを疑わせるような訴えがありました。震災後から何度か会っているお母さんだったのですが、このような訴えは初めてで、今になってでてくる心の傷の深さに恐ろしさを感じずにはいられませんでした。

被災地にいる私に何ができるか、自問自答しながらお母さんと赤ちゃんのそばにいたいと思います。天国にってしまったたくさんの方々のご冥福をお祈りいたします。

(宮城県助産師会便り 20120314 発行第6号より)

### 2) 東日本大震災 –その時何が起き、どう対応したか–

高橋純子 (岩沼市 スズキ記念病院)

3月11日・大震災、そして大津波が発生した。当院は海岸から4・6Kのところに位置していますが、高速道路が津波をブロックする役目を果たしたため水没することは避けることができました。しかし、電気・ガス・水道・通信のライフラインは寸断され、すべてが復旧するまでに10日間を要しました。そんな中でも、理事長先生の「赤ちゃんは災害に関係なく産まれて来る。だから1日でも病院を休んではいけない」という強い信念のもとに1日も休まず診療・分娩取扱いを続けました。

地震発生直後は、外来患者・入院患者・職員240名が病院にいました。地震直後は1階の玄関ホールに集合しましたが、大津波警報のため4階の大ホールに避難させました。4階の窓より、津波は川を逆流し橋げたギリギリまでの水位上昇が見え、屋上からは津波の波しぶきと、閉上の火事が見えました。夜には仙台港のコンビナート火災も見えていました。これからどうなるんだろうと先の見えな不安・恐怖を感じたことを覚えています。

## 5. 会員の被災体験と支援活動

分娩室内も強い揺れにより棚に置いてあった様々な備品・物品が床に散在していました。分娩室内には2名の産婦がおりましたが、幸い分娩が切迫していなかったため、他の患者と同じように4階大ホールに避難しました。しかし夜になり病院に津波の被害がないことから、衛生材料・薬剤・器材が揃っている分娩室でのお産のほうが安心であるため、分娩室内の片づけをして陣発している妊婦を分娩室管理としました。

22時15分 震災後、初のお産がありました。分娩停止と胎児機能不全により鉗子分娩。アプガールスコア8点5分後10点でした。自家発電使用不可能な中、スタッフがヘルメットに付けたLEDランプで外陰に光をあてました。胎児の心音は、充電していたドップラーで持続的に聴取しました。電気がなく機械も使用できないなか、マンパワーを多くし、不測の事態に備えることとしました。電気がないところでの分娩介助を大変不安に感じていましたが、震災後初の分娩である1件目を母子共に安全に分娩させることができ、次のお産も経膈で生まれてくるものはやれると確信しました。

暖房がなく寒いので、児受けのバスタオルはママの胸に抱いて温めました。出生したベビーは羊水をふき取り、すぐにクレラップやビニール袋で体を包み保温しました。帽子も被せました。諸計測はせず、日中の暖かい時間帯に行くことにしました。バイタル測定後、すぐに母の胸でカンガルーケアし、布団を掛けて保温に努めました。分娩直後の気道吸引は、3年前より新生児蘇生法の研修でバルブシリンジを勧められて購入はしていましたが、使用していませんでした。しかし今震災時の停電を機会に、バルブシリンジへ切り換えることができました。

震災後2週間で29件の分娩を行いました。器材の滅菌消毒ができず、消毒済みの分娩セットが底をつき、それ以後は分娩室とザールから寄せ集めた必要最小限の消毒済み器材を使用しました。

手術室の使用ができなくなり、帝王切開はできませんでした。3月13日、震災翌日朝8時、回旋異常で分娩停止の産婦の母体搬送を決断しました。しかし119番に電話が繋がらず、岩沼消防署へ直接救急要請に行きました。搬送先の病院へも全く連絡が取れないまま仙台赤十字病院へ向かい、無事帝王切開での分娩となりました。予定帝王切開の患者は県南中核病院に紹介し帝王切開していただきました。

平成18年に宮城大学での震災の研修後、当院でもできることは改善していました。レスキューママの導入・新生児室の非常時物品の整備・災害用分娩セットの作成・テレビの固定・避難経路の確保・物品棚の転倒防止・物品の落下防止・ベビー室のガラスに飛散防止フィルムの貼付など地震に対する備えはしていました。これらは今回3月11日の時に役立ちました。

今回の地震における問題点は、津波の時の避難マニュアルがなかったことでした。火災・地震時のマニュアルは作成しておりましたが、津波は想定していませんでした。役割分担をし直し災害マニュアルを改訂しました。

自家発電の故障も大きな問題でした。自家発電の故障に備えて、ガソリンで動く2kwの発電機を3台購入しました。

災害時新生児処置セットの作成や、停電時でも使用可能なディスポの娩出吸引カプを購入しました。

分娩セットの器材も、洗浄が少なく済むようコンパクトなセットに変更するなどの改善を行いました。

再度このような大震災が起きた時も1日も病院を休むことなく、安全・安心な分娩を提供できるように頑張っていきたいと思っています。





### 3) 東北大学病院産科病棟の東日本大震災記録

#### 後藤あき子（仙台市 東北大学病院婦人科病棟：当時産科病棟）

東北大学病院はベッド床が1,308床・東西17階まで病棟があり、産科病棟は東6階に位置している。平成23年3月11日（金）14時46分地震発生時、産科病棟（42床）には入院患者さん28名・新生児5名が在室・分娩進行者が2名いた。患者さんの安全確認をし、付添いのいない個室の妊産婦さんにはスタッフを配置、その後デイルームに集めた。5人の褥婦には防災用スリング（新生児の抱っこバンドと防災頭巾）を配布し、全員防寒具を着て貴重品を持ちいつでも避難できるよう指示した。徐々に休みや夜勤明けのスタッフが駆けつけ救急部等に応援に入った。

20時ころからは他施設が被災のため帝王切開術が困難となった患者など、急患搬送が翌朝まで続いた。中には津波に遭い意識のない妊婦搬送、という連絡あり（一緒に来た方も裸足のまま足の包帯には血がにじんでいた）その後到着し妊婦さんは助かった。所持金も携帯電話も流されて何も無い…。廊下のソファに眠る小さな子供に毛布を掛けてあげることしかできなかった。翌日、母児のみの帰宅不能者に関して13階の空き病棟に入室許可がおりたが、退院扱いのため、給食もなく（ミルクもない）入れない状況だった。結局空床のある病棟に次々転棟させた。手術室が使用不能となり12日の分娩3件のうち、1件は分娩室で帝王切開術を実施した。以後も連日手術が続いたが数年前から超緊急帝王切開術実施に向けての訓練を行っていたのでスムーズに病棟で手術ができた。分娩数は1日5件から8件、1日入院数6名から7名、と多く推移した。

急患は13日に13名、それ以降も14名等と多かった。病床稼働率は14日以降100%近い数値で推移し1日在室新生児数も11名～19名と多い日が続く、マンパワー不足のため休みのスタッフを夜間に出勤させた日もあった。他科に先駆け14日に産科外来を再開し、病棟から助産師2名を派遣しトリアージをしながら実施した。

15日には被災地の助産師から応援の連絡があり、数日分娩介助等をしていただき大変助かった。この日は公立気仙沼病院から妊産婦のヘリコプター搬送が1日で7名あった。また、他施設からの妊産婦搬送増加のため入院期間の短縮を開始した（産後3日目退院、帝王切開者は5日目に抜糸して退院）。退院時K2シロップをシリンジに入れて持参させ、地域の開業助産師（宮城県助産師会）をマップの活用をしながら紹介した。

災害対策本部では病院長が指揮をとり、連日1日2回会議（多職種）が開かれた。震災直後は断水と停電（しばらく自家発電）でトイレ問題が発生したが、何とかクリアした。セキュリティードアは動かなくなったが、病棟内の大きな施設破損や機器破損はなかった。都市ガスが長期間止まりボイラー使用不能で給湯は全く無く、暖房も利かず病院は寒くなった。産科病棟には褥婦用に幅広ベッドが10床あり、赤ちゃんはいつも母親と隣り合わせだったため寒さは乗り切れた。電話は院内PHSが時々使用できたが殆ど全てが紙と口頭伝言で動いた。患者給食は、夕食からしばらくの間非常食をスタッフが準備し配膳した。ミルクは病棟で作成開始（自家発電によりポット使用・瓶の消毒は専用消毒液）をしたがほとんどが母乳栄養のため回数はわずかであり、3日後ミルクは栄養管理室で作成可能となった。翌日、シーツと毛布が不足になると連絡があり、全ての物の節約をした。14日に中材の高圧滅菌が不能となり、医師が数か所の施設回り（1日2回）をして協力し合い24日に復旧した。給湯が不能のため洗髪希望者（10名以上）には洗髪機で湯を保温し、病院内ボランティアに洗髪してもらい助かった。病院ボランティアは（主に東北大学学生）900名以上に上った。気仙沼と石巻に



## 5. 会員の被災体験と支援活動

医師がお産セット等を持参し支援もした。16日（水）にはおむつが不足し、手配をしたが手違いで他部署や他施設に全て運ばれてしまい非常に苦労した。災害対策本部に産科分の確保を直接依頼した。新生児用エコリシン点眼液も不足し使いまわしその後は使わない方向となった。新生児の着物も23日まで病棟で洗濯をした。4月以降、宮城県助産師会から妊産婦さん用の支援物資が届き運ぶことができた。

産科の防災マニュアルは使用していたが、更に翌年アクションカードを作成した（表裏）。

初動期アクションカード [リーダー用] (災害発生から第1回災害対策本部会議開催までの60分)		初動期アクションカード [リーダー用]	
活動場所 東6階病棟	対応職種及び担当者 リーダー助産師		
指揮命令系統			
<input type="checkbox"/> チームのリーダーはチームをまとめ、責任者の報告を行う <input type="checkbox"/> 師長不在時は副看護師長またはチームリーダーから看護師長代理を立てる。			
初動対応(優先順位)			
①身の安全の確保「テーブルの下に隠れて下さい」「頭を守って下さい」 スタッフの安全確認「全員無事ですか」		④被害状況に合わせた対応(スタッフへの指示) <input type="checkbox"/> 酸素供給ストップ: 東のポンベの数を確認し、分娩室やMFICU等に使用する。 <input type="checkbox"/> 吸引できない: 手動の吸引器を使用する。 <input type="checkbox"/> トイレが使用できない: 汚物室にポータブルトイレを設置する(その他空いている個室など) ビニール袋に汚物を入れてもらい、処理する。	
②受け持ち患者、面会中家族、事故予防・安全確認(指示し、報告を受ける) <input type="checkbox"/> 受け持ち患者への安全確認、リーダーへ報告 <input type="checkbox"/> 重傷者は、バイタルサイン確認、リーダーへ報告 <input type="checkbox"/> 預かり児は、ベビーベッドに集め、安全を確保する。 揺れが落ち着いたら、母の元に戻る。 <input type="checkbox"/> コンセントは、緑もしくは赤へ <input type="checkbox"/> 患者数(大人、子ども)、面会者数の把握(状態ワークシートを持つ、ホワイトボードにも患者数、面会者数の記入)		⑤避難経路の確保(指示し報告を受ける) <input type="checkbox"/> 全室のドアを開放する。 <input type="checkbox"/> オートロックのドアを手動に切り替え、開放する。 <input type="checkbox"/> 避難経路の確保	
③被害状況の確認(指示し、報告を受ける→共用書道報告書記入) <input type="checkbox"/> 火災の有無 <input type="checkbox"/> 病院設備(酸素、その他医療ガス、吸引、圧縮空気) <input type="checkbox"/> ライフライン(電気、水道、下水) <input type="checkbox"/> 壁、天井、窓破損の有無 <input type="checkbox"/> 外線、内線、PHS、ナースコール、使用可能の有無		⑥報告 <input type="checkbox"/> 医師・・・師長もしくは、リーダー(師長不在時)が実施。状況により受け持ち助産師に報告させる。 <input type="checkbox"/> 師長・・・リーダーが報告。夜間・休日は、師長から病棟へ連絡する。 <input type="checkbox"/> 災害対策本部(東4階 第5会議室)・・・共用初動報告書の記入、もしくはEAST(30分以内): 1時間おきに定時報告書の記入、もしくはEAST ⑦情報入手(ラジオ、テレビをつける)・被害放送連絡をきく	
		⑧勤務外スタッフへの安否確認・応援要請 ホワイトボードに、登院スタッフ、安否不明スタッフなどマグネットを使用し、表示する。	
		⑨スタッフへ避難誘導 (必要時、災害対策本部の指示、または各部署判断)	

これ以外にも「責任者用」「重症患者担当用」「妊婦用」「褥婦用」「分娩室用」「外回り用」がある。メーリングリストも作成して運用規定が作られた。

当時、スタッフの安全確認は最終的にできたが、家族や親戚が津波に遭ったり実家が流されたり床上浸水になったりしたスタッフがいた。涙を流す姿や辛い姿を見つけては休みをあげたが、間もなく自主出勤して黙々と働く。家にいても何もできず苦しかったのだろう。通勤困難者が続出し(交通手段・ガソリン問題・けが)、やむなく面談室や洗髪室で何日も夜を明かしては働いた。現地で救援活動するスタッフもいた。

思い返せば、エレベーターが復旧するまでの間の階段の往復では、患者さんの移動や報告連絡のために本当に大勢の人と挨拶を交わしながらすれ違った。挨拶はあたたかく、階段はとても狭いと感じた。炊き出しでいただいたおむすびの美味しかったこと。空腹と水分不足の日々。病院でのボイラーが作動せず、自宅のガスも1か月以上復旧せず、水でのシャワーの辛さを味わった。みんなで苦しみ助け合ったことが昨日のように甦る。医師看護職・事務職等々、全ての人が1つに繋がり、病院は寒かったが心はとても暖かかった。本部会議はいつも立ったままで骨折中の私は苦しさのせいもあったのか、時々脳貧血状態になったが倒れる前になんとか廊下に出て座り、聞き耳を立てた。自宅にたまたま帰り、地域に貢献できなかったことを悔いた。人は1人では生きていけない。命と絆を大切にしながらこれからできることをまた前向きに取り組んでいきたい。

### 4) つながって行こう—震災を経験して

高津真理子（塩釜市 出張助産師）

2-3日前、家の上を1台のヘリコプターが飛んで行った。ヘリコプターのプロペラ音を聞くと、あの日から始まる日々が思い出され、何だか落ち着かない気持ちになる。

あの日、2011年3月11日2時46分、私は午後から仕事が入っていなかったので、一人でのんびり映画を観ていた。もうそろそろ終盤という頃、ガタガタという横揺れ。2日前にも震度5があったばかり、「またか、もうすぐ終わるのに…」と思うが横揺れはどんどん強さを増し、ジェットコースターの椅子に座っている様。排水管が壊れたのか、壁からは水が流れ出し、停電。非常灯がつき、係員のすばやい対応で長い揺れの中を非常口へ誘導されながら、係の人はすごいな、ちゃんと訓練されているな、と妙に落ち着いた気持ちで思ったのを覚えている。

一人家にいる84歳の義母のことが気になりながら、帰る車のラジオからは5～6メートルの津波というようなことを言っていたと思うが、山国育ちの私のイメージは、絵に書いたような5～6メートルの高い高い波がおおいかぶさる感覚で、後にテレビで見た、海が盛り上がりそのまま押し寄せてくるものとはほど遠い幼稚なイメージしかなかった。

家に帰ってからも、まず家のこと、家族のこと、そしてご近所との情報交換。それ位で、あー暗くなる前に夕食を何か作らなくちゃ、と現実的なことにとられる。その頃ラジオからは、津波で荒浜の住人200～300人の犠牲者が確認されたと報道しているが、耳から入る情報だけでは、どういうことか想像が及ばない。

停電で我が家の暖房は機能せず。外を見ても暗闇に時々照らす車のヘッドライト以外は、10階建ての坂総合病院の自家発電での明かりが見えるだけ。病院勤務の夫とはもちろん連絡は取れなかったが、その病院の中でどんな大変な状況になっているかも想像すらできなかった。

出張専門の開業助産師として細々と仕事をしている身、病院勤務であれば、休日であってもとにかく病院へ、と毎年の災害訓練などでイメージトレーニングもしているのであるが、施設を持っているわけでもない一助産師は、医療者として何かしなければ、という意識がこの時点では何もなかった。

私が目にする範囲では、つぶれた家も倒れたブロック塀もなかった。視覚から入る被害の情報がない分、ピンとこないところがあったと思うが夜8時頃、数キロ離れた石油精製所で爆発音とともに赤く大きな炎が上がった時は初めて体が震えた。この火災は4日間燃え続けた。

次の日から2～3日は買い出し、水汲みに明け暮れた。最長5時間半食料を求めて並んだ。しかし時間がたつにつれ、津波被害の状況がわかってきた。水汲みに並んだ前のおじさんが、車ごと津波に流され、運よくガラスが割れて助かったという話を淡々と話した。

それにつれ私も何かしなくては、自分にできることはなんだろう、と自問するようになった。しかし、どこに所属しているわけでもない、どこで声をあげていいのかもわからなかった。やがて電話状況が良くなると、助産師会の田村さんから安否確認の電話をいただき、大変うれしく、心強く思った。

4～5日、夫が勤務する病院でスタッフや応援スタッフの昼食を出すボランティアで参加させてもらったりしたが、そんなある日、開業助産師の先輩の笠松さんから、助産師会を通してジョイセフの

## 5. 会員の被災体験と支援活動

支援物資配布の話があり、すぐに参加させてもらうことにした。しかし、この時点で何をどうするのかもわからず、3月25日多賀城市役所で落ち合った。

市役所の倉庫を見て驚いた。種々の支援物資の山、行政の人手不足のためか、被災者に物資がうまく届いていないことが予想される。その倉庫の軒先を借りる形でジョイセフからの支援物資を降ろす。『被災者に直接手渡してほしい!』というジョイセフの意向もあり、地域の避難所にここから直接搬入。かかわった助産師の伝をたよりに、遠く東松島市や気仙沼のほうまでガソリン事情が悪い中届けてもらった。お寺の自主避難所に届け、地域の人に取りに来ていただいたりもした。その後もジョイセフから届く支援物資をまずどこに降ろしてもらうか?公共の場所は借りられても1日、次の日には移動してほしいと言われ、皆で知恵をしばった。地域の人は皆被災者、『母と子の元気市』を開こう、と。

まずは場所、学校の体育館はみな避難所や物資置場になっており使えない。なんとか中学校の軒先をお借りすることができた。軒先といっても4トントラック2台分の支援物資である。そして人集め。友人、知人、協力者30名ほどが集まり、チラシを作り、地域に張ったり、配ったり、ケーブルテレビやラジオでも流してもらった。

そして3月31日、どの位の人が集まってくれるだろうか?という不安をよそに、準備している間にも2重3重の列ができた。妊婦さんやお子さん連れの方が多い。

てんやわんやの準備の中、一人のおじさんが近づいてきて、『こんなやり方では絶対もめごとが起きる!自分は給水車の係をしたからよくわかる!』と。でも開始時間が迫っており、今からどうすることもできない。自分たちが打ち合わせたようにやるだけ。

今にも雨が降りそうな空にハラハラしながらも、一人に一人ずつカゴを持って係がつき、品物を説明しながら一人10点ずつ、と流れ作業で無我夢中の約2時間。たいした混乱もなく終了することができた。

育児用品、女性用衣類、肌着、生活用品などの母と子の物を中心に、長い列の皆さんに十分ゆきわたる量の支援物資を届けて下さったジョイセフの方々に感謝。

その後4月23日にも山元町で同じ「母と子の元気市」を開催した。ここは被害状況がより広範囲で町全体に及ぶような状況だったので開催するにあたっては、中に入った地元の助産師は大変だったようである。

私はアナログ人間で、パソコンもインターネットもほとんどできないので、今回の震災では情報収集とか情報発信したりという面でとても力不足を感じた。宮城県助産師会から被災直後の会長声明で「自分ができることをそれぞれ自己責任のもとにやりましょう」と出されていたというのもずいぶん後になって知った状態だった。

今回の多賀城、塩釜地区を中心としたジョイセフの支援活動にしても避難所の情報収集、行政との連絡、交渉等、ほとんどを先輩開業助産師の笠松さんに負うところが大きかった。普段一人で活動している開業助産師といえども、地域で連携することの大切さを強く感じた。

それは病院、診療所で働く助産師も思いは同じで、震災後近隣2市3町の病院、産婦人科医院の助産師、開業助産師がネットワークを作り、定期的な集りを持ち、行政との間で気になる妊婦や母子の「連絡シート」を作り、「災害時報告チェックリスト」、母子対象の「災害時のしおり」などの作成、地域の助産師、看護師対象の勉強会を行うようにもなった。

看護協会からの支援金も認められ、地域での母子対象の「子育てサロン」も計画中である。一つの病院、診療所ではなかなかできないことも連携することにより、いろいろなアイディアが出、実現可能になってきている。

つらい震災、津波の体験ではあったが、それを無駄にしないよう、この連携を強いものに発展させていかなければと思っている。



### 5) 私が体験した東日本大震災

岩佐あけみ（山元町 母乳育児相談室マミーぱい × 2）

3月11日。忘れられない日、あの日は娘の卒業式。卒業式が終わり、自宅に帰り午後からは確定申告のため町役場に行っていました。まもなく自分の番という時に、ものすごい揺れとがたがたという音。立ってられず、床に四つんばいになって机の下にもぐるけど、揺れで出てしまう。何分たったんだろ長い。このままここで死んでしまうのかと思いました。やっと揺れが収まり3階から外に出ると、役場の外壁にもものすごい亀裂。近くの人と「まず、子供のところに行かないと」と言って別れ、車で自宅に向かいました。帰る途中は、道路のあちこちに亀裂があり、コンクリートの塀は崩れて通れなくなっていました。近くの池は周りが水浸し。線路は遮断機が下りたままで通れず、みんなで上げて何とか通りました。家に着くと娘が玄関で泣いていて、夫が「今から小学校に下の息子を迎えに行く」と車を出していました。自宅は海岸から800メートルのところ。浜街道では消防車が「津波が来ます。避難してください」としきりに走っていました。夫と息子が帰ってきて「津波っていったってここまでこないこない。大丈夫だ」と近所の人と話しながら外で話していると、浜に住んでいる人が、「津波来るからにげる」と言って高台に逃げていきます。ふと海のほうを見ると松林のうえに津波が見えます。「なんていう高さ、のまれたら死ぬ。」そう思ってすぐに車1台に乗って逃げました。途中、飼い犬の鎖をはずしていないと車を止めると後ろから瓦礫の混ざった水が襲ってきていて線路をぐにやりと曲げたのを見て、急いで車を動かし高台に逃げました。その後、先に逃げた義理の父と母に会い、私の山側にある実家に行きました。夫の親類と総勢20名。「この世の終わりかもしれない」と不安に思いながら、そして寒くて寒くて眠れない夜でした。

次の日、役場の救護所に行くと、たくさんの人。会う人会う人に「よかった一生活きていたんだ。みんな大丈夫？」と声をかける。救護所には次から次と、自衛隊の人が、担架に乗せた人を運んできました。そのほとんどを救急車で病院に運んでもらいました。避難している人たちも次から次と来ました。「いつも飲んでいる薬がない。」「靴下がなくて」「服がぬれて寒い」などなど。でも、救護所には何もないので、ストーブを焚いてお湯を沸かしてあったかいお湯を飲んでもらう。ぬれた人の服を脱がせて乾いた布で拭く。それしかできませんでした。支援物資が届いたのは1週間後。それまで1日おきに救護所に行き、その後はインフルエンザが流行りだし、1つの避難所の管理を任せられたり、しかし、体温計は、保健センターから持っていった1本と、実家から持っていった1本と、避難所にあった1本の3本で150人の検温。朝6時30分から始まり1時間はかかっていました。

その後は、妊婦や赤ちゃんを捜してみましたが、ほとんど町外に出ており避難所には数人しかいません。町役場に許可を得て妊婦台帳を出し連絡を取って見ましたが、やはり、町外に出ている人や、親類の家に行っていました。また、「近くの産婦人科の病院がやっていないから、健診などどうしたらいいか」「お産になったらどこに行けばいいか」など不安の声が聞かれ、それに対しても、県の保健師に確認をとったりと動きました。また、隣町まで、「避難所に助産師が居るので心配なことがあったら連絡してください」と言って回り、助産師が居ることを周知して回りました。

自宅は全壊のため23年の4月には大河原に引っ越しました。1年8か月経ちましたが、いろいろな不安と戦いながら今に至っています。支援していただいている方々には深く感謝しております。

## 5. 会員の被災体験と支援活動

### 6) 東日本大震災後の取り組みを振り返って

高橋るり子（南三陸町 公立志津川病院）

宮城県北東部で太平洋に面する南三陸町は、2011年3月11日の地震と大津波により、病院を含む警察、役場等町の主要機関は壊滅しました。被災病院に勤務する職員として発災直後からの取り組みと医療活動を報告します。

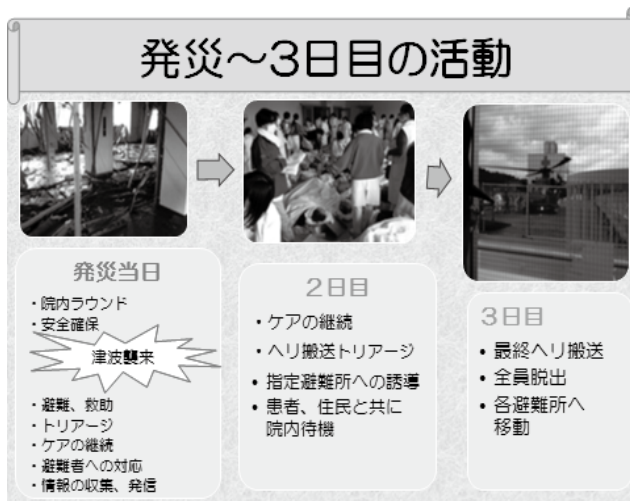
発災当日、5階建ての病院は災害時の指定避難場所になっていた為、地震対応マニュアルに従い避難状況の確認、入院患者の安全確保、周辺からの避難住民の誘導に職員全員で対応しましたが、津波は4階まで襲来し、入院患者70名と職員4名の尊い命が奪われました。

浸水を免れた5階会議室には患者、地域住民、職員等約240人が避難し、医療機器も薬も毛布さえも無い状態で、床にはダンボール紙を敷きカーテン等を外して低体温防止に努めながら、凍える寒さに耐える患者さんの傍らに付き添うことが、「唯一私達にできる看護」でした。（図1）

トイレは1ヶ所だけだったので、紙おむつやビニール袋を用い、使用方法の指導をしながら衛生管理を行いました。食料や飲料水の備蓄もなく、患者安全には短時間での脱出が必要なため、情報発信が急務でした。停電した館内では、津波による浸水と繰り返し襲う余震で病院倒壊の不安を抱えながら、誰もが「死を覚悟した」筈なのに、不満や大声を出す方もなく静かで長い一夜を過ごしました。

2日目、石巻赤十字病院にリコプターによる患者搬送が開始されました。海水が引き、病院スタッフが住民に付き添い指定避難所まで徒歩で誘導し、残った患者さんや住民と共に2日目の院内待機となりました。

3日目、最終の患者搬送を終えた後、見えそうな医療備品を背負い全員がヘリで病院から脱出でき、町内にある9ヶ所の避難所に看護職員が移動し、高齢者の多い被災者ケアを担当しました。



（図1 発災当日から3日目までの活動）



（図2 町内最大の避難所）

震災直後は町内約60ヶ所の避難所に9,500人が身を寄せました。（図2）

どの避難所もライフラインが途絶え、十分な食料もなく避難者の多くが高齢者でした。当院の西澤医師は最大の避難所であるバイサイドアリーナに入り、他の開業医と保健師等は3ヶ所の避難所で医療班として活動を開始していました。病院を失った私達看護師が各避難所に常駐することは、不安でしたがごく自然であり、家や家族を亡くし被災した職員は、その避難所が「住まい」となりました。

## 5. 会員の被災体験と支援活動

避難所では、着のみ着のままで避難してきた方がほとんどで、「薬が無い」ための体調不良や不安を訴える方が多く、その対応をしながら“医療の必要な方を診療に繋ぐこと”から始めました。「避難住民の安全を守ること」を目的に、避難所アセスメント、健康管理、感染予防、医療チームとの共働、訪問看護・訪問診療を中心に取り組みました。劣悪な環境下での衛生指導、限られた生活空間での深部静脈血栓症の予防、ひとりひとりの健康相談、健康管理用紙（簡易カルテ）の作成を行いました。

発災4日目には各地のDMATが到着し、避難所に臨時診療所を開設しました。その後、全国からの医療支援は20チームに及び、急性期疾患の対処と慢性疾患管理、避難所での被災者の健康管理から、町内全域での在宅患者把握と巡回訪問にまで支援内容が拡大されました。

私達は地元の看護師として、診療の補助に加え住民と医療支援チームとのメディエーターとしての役割も担当しました。毎朝行われたクラスターミーティングでは、当院医師が医療コーディネーターとなり、全避難所の医療班に保健師チームも加わり、情報交換と今後の医療活動の確認を行ないました。

私は、3月中旬から町の保健師と協力して母子保健活動にも参加しました。

町内の妊産褥婦・新生児の把握は、戸籍台帳や巡回および避難所医療支援チームからの報告情報を元に保健師と手分けして「リスト作成」を行ないました。その結果、25名の妊産褥婦・新生児を把握され、避難先に訪問できました。

東北大学小児科松田直先生や石巻日赤病院産婦人科千坂先生が、母子保健支援のために来町され週1回の合同カンファレンスが開始されました。ハイリスク事例の検討や不足物品（ドップラー、ミルク、哺乳瓶、おむつ等）の確認・補充がなされ、訪問巡回に使用する車の無償貸与や避難生活に困難を来す妊産褥婦の町外避難の紹介、生活環境の確保にまで協力いただきました。

東北大学助産学科の佐藤喜根子教授も数回にわたり来町され、心強い励ましを頂きました。

助産師会からの支援物資も数回にわたり頂き、配布することができました。

また、3月末からは、イスラエル医療団の支援も加わり、私自身もイスラエルの産婦人科医師や助産師と同行して、数名の妊産褥婦・新生児訪問を行いました。異国からの医療スタッフの支援を本当にスムーズに住民が受け入れてくれるのか、電話も電気もない状況下での突撃訪問でした。どのお宅も快く受け入れていただき、携帯型超音波を持参しての胎児の生育状況や胎盤の成熟度等の確認を行ないました。訪問した方がIUGR(子宮内胎児発育遅延)の疑いだったので、石巻日赤の千坂先生に直接電話して、医師同士での直接情報交換をしていただき受診に繋がりました。私一人で訪問した事例は、切迫早産傾向だったので、やはり直接千坂先生に電話相談して緊急処方・翌日受診の指示を頂きました。先生方からのバックアップ体制は、カンファレンス等での来町から顔の見える連携に繋がったと感謝しています。何もなくなった町において、言葉にはできないぐらい心強く頼れる支援だったと感謝し、この場をお借りしてあつく御礼申し上げます。

5月14日には医療の自立の為、全ての医療チームが撤退し、避難所受診者数は延べ30,557人でした。

最後に、震災で亡くなられた多くの方々のご冥福をお祈りし、私達は町の復興のため今後も活動していきます。

全国からの沢山のご支援に感謝申し上げます。ありがとうございました。

(震災後訪問した妊婦さんが無事に出産され、口々にお礼を述べていた事をお伝えします。)



## 5. 会員の被災体験と支援活動

### 7) 避難所運営を経験！

加藤由美（一般社団法人宮城県助産師会 前保健指導部会長）

3月11日の午後たまたま知人との食事会で多賀城にいた。

14時46分 大きな揺れ、テーブルの下に隠れ、皆で「大丈夫？」と手をつなぎながら、揺れが収まるのを待った。“昔の宮城県沖地震と比べて長くて、日本はどうなるんだろう・・・”とボーと思いながら・・・。少し揺れが収まったところですが、店外へ出た。また揺れる。皆、電話をしたり、メールをしはじめた。私はワンセグをみた。「大津波が来る」との報道で、まず帰宅しようと提案した。もう少し揺れがおさまったらという意見もあったが、海沿いを通らず自宅に帰るルートで車を運転した。

14時52分 中3の明日卒業式を迎えるはずの娘からメール「大丈夫」

15時02分 長女から「あたしげんきだよ」

15時09分 次女から「まどか生きてます」

電柱が余震で大きく揺れる道路。メールをみてホッとした。

実母と義母の家に寄り安否確認をして家に着いた。足の踏み場がない。仏壇も飛んでいる。中3の末の娘がいない。メールを何回か送信。中学校にいと返信あり。

中学校の武道館が避難所になった事を知った。校舎も体育館も壊れ、武道館しか使えなかった。家を片付けようとしたが、トイレへも行けず、武道館で夜を過ごすことにした。毛布を持って武道館へ。学校の先生方が対応されていた。その中に町内会でいつもお世話になっている女性が、来所する方にペットボトルの水とカンパンを渡していた。挨拶をして自然に隣に座って水とカンパンを渡していた。

3月11日の夜 380名近くの方が武道館へ。

余震が何度も。キャーという声、子どもの泣き声、あやす声

3月12日は学校の先生方が、ドラム缶でお湯を沸かしアルファ米を避難所の皆に作り、配布してくれていた。その夜、校長よりこの避難所の運営は地域の方で行ってほしい旨の要望があった。小学校に連合町内会主体の避難所があり、中学校は自然発生的に避難所になった所であった。本当に避難してきた人ばかりだった。皆、静かに下を向いた。カンパンと水を渡していた女性が、中学校の施設開放の役員をしていたこともあり、中学校の校長から声がかかり中心的存在になった。そして、その隣に座っていた私も中学校の保護者、役員、先生と顔なじみということでサブ的な役割をいただいた。

明日からの食事作りの当番を決めなくてはいけない。皆にお手伝いをお願いすると30～40の方が前にすぐに出てきてくれた。中学生も高校生も。皆、何かはしたいと思っていたのだと思う。中心となる。主体となる。責任を負うことが不安？だったのであろう。

3月12日ペットボトルの水を渡していると、ミルクの水がないと赤ちゃんをつれた母から話される。先生たちへ話して、2本分お渡しする。お湯が沸かせない。避難所のストーブで沸かしている。お湯をポットにいれておいて、その都度渡す。

何人かの母親から、ミルクが無くなった、どうしようと訴えあり。「子どもが泣くので・・・」と自宅に帰り、配食の際に来た母たちに声をかける。飲まないままのミルクがあるので持ってきますと避難所にわけてくれた。それを皆に分ける。

1歳3カ月ミルクがないと夜泣くという母へはミルクは卒業してもよい時期であると伝える。幼児食の工夫なども伝える。

## 5. 会員の被災体験と支援活動

哺乳ビン、消毒できないという訴え。3カ月過ぎていればよく洗うだけで大丈夫。スプーン飲み、コップ飲みのやり方伝える。

2～3歳の子、活発だがこわがる。どう対応したらいいか？抱っこ、声掛け、遊び。母だけで自宅で不安な時、避難所で日中一緒にいませんか。

今日、予定日の妊婦が食べ物が無い。自分あての配食されたものをお渡ししました。病院に連絡がつかない。電話では難しい。ガソリンが多めに入っているのであれば、病院に直接行ってみるのもよい。閉まっていて、緊急の時は別の病院も考える必要ありえる。助産師と名乗っていたわけではないが母親へのアドバイスをしていた。

避難所全体での手洗いは水が出なかったが、手持ちの消毒薬があり、トイレの後、食前などで使用していた。トイレ掃除はプールから水を汲み、その都度、個人が流すことにして、汚れは使用毎に清掃するよう伝達。

食事の配食の際に、本日の連絡事項や注意など全員に説明した。名簿は2日目から作成し自衛隊への物品の依頼、配布、3食の配食、在庫確認、人数に合わせたメニューなど考えた。一時はアルファ米が不足し、一度配食し、まだ食べていない物を提供していただき、わかめのおかかを作って食べたりした。アルファ米は3月20日に避難所が閉鎖されるまで何回炊いたことだろう。

家の中で生活できるようになったのは3月16日。家族や実母は自宅で寝泊まりするようになったが、避難所運営は実質3、4名で行っており、途中で帰宅するとは言いにくく、結局、3月20日の避難所閉鎖、拭き掃除をして、学校に引き渡すまで避難所生活をした。

家の片付けは夫や子どもがしてくれた。仕事も4月まで、休みとなり、時間的にも余裕があり、避難所運営に関わることができた。何故といえば、地域に密着していたからなのかもしれないが、たまたま避難所に足を向けていたからというのが大きいと思う。いつも通りにやっていたら、運営側にいたというかんじでした。

運営スタッフとして関わった方たちは今まで以上にお付き合いすることができています。

## 5. 会員の被災体験と支援活動

### 8) 3.11 その時私は

#### 加藤美江子（仙台市 かとう母乳育児相談室）

未曾有の大震災から二度目の冬が来ました。今でも寒い夜に降ってくる雪を見ると、震災当時を昨日の事のように思い出します。真っ暗で静かな中、時折通る車の音と、揺れる前に鳴る地響きを今でも忘れません。

あの日私はいつものように仕事をしていました。乳房トラブルの方の手技が終わり、次の方をベッドへ案内しようとした時でした。各々の携帯から普段聞いた事のない音が相談室内に一斉に鳴り響き、いきなり大きな揺れが襲ってきました。赤ちゃんを守るように抱きかかえ身を丸めたお母さん達に、赤ちゃん用の布団を頭から被せました。大きな窓ガラスには飛散防止フィルムを貼っているものの、万が一外から飛び込んでくる物で怪我をさせないように直ぐにブラインドを降ろし、転倒防止板を挟んだ高さ 90cm の本棚を押さえ、地震がおさまるまでみんなでじっと堪えました。終わるかと思ったのも一瞬で、再び大きな揺れが。2階で物が落ちたのか大きな音が頭上に響きます。怖さより相談室にいるお母さんと赤ちゃん達を守らなければ、という思いで必死でした。幸いお母さんや赤ちゃん達に怪我はなく本当に心からほっとしました。

ほっとしたのも束の間、帰宅するまでがとても心配でした。1人はすぐ近くでしたが、もう1人の方は、車で45分の所です。山側ですが、大きな余震の中赤ちゃんとお母さん2人で帰す事がとても不安でした。しかしどうしても自宅に戻りたいという強い気持ちに、15時半過ぎに帰るなら明るいうちと決断しました。ガソリンは充分入っている。私は2階に駆け上がり、無事だった炊飯ジャーにあるご飯をラップに包み、水・オムツ・お尻拭き・ポリ袋・ティッシュ・大人用の簡易トイレ・毛布などを持たせ、メルアドを交換し見送りました。「無事着いた。」のメールが届いたのは20時過ぎでした。3時間近くかかり到着したそうです。電気が消え信号が止まった中での運転がどんなに大変か、連絡が届くまでとても心配でした。

お母さん達は無事だろうか。助産師のみんなは？病院勤務者は仕事に追われているだろう。夫は会社だと思うが、大学生の息子は？心配が頭の中をよぎり、みんなの無事をひたすら祈りました。

当相談室のある八木山南は津波の被害はありませんが、車を少し走らせると、地滑りなどで集団移転を余儀なくされた所もあります。道路に至っては、当相談室から仙台駅に近距離で向かうのに主に3つのルートがありますが、そのうち2つが通行止めになりました。更にガソリンが手に入り難くなった事もあり、お母さん達の来所は震災から2週間後からで、人数も1日に1人か2人位でした。その間、私は近くの避難所として使われている小学校や中学校を回りましたが、数日もしないうちに赤ちゃん連れの家族は殆ど見られなくなっていました。電気や水道が止まった状態ではミルクをあげられず、又、暖をとれない等で実家や親戚、友人を頼って避難していたのでした。唯一母乳で育てているお母さんが1人残っていて「着替えがなくなって困っている。」と言うので、当相談室にあったものと宮城県助産師会から届けていただいたものを差し上げ大変喜ばれました。

ライフラインの復旧まで、電気3日、水道2週間、ガスが一番長く5週間かかりました。ライフラインが断たれた中、心配だったのは近所の在宅で寝たきりの方でした。電気ですの吸引器を動かしています。吸引のバッテリーはもって1日と言われました。あとは車の充電用コンセントを使用。手動でもできますが、吸引できなければ命にかかわります。是非私の車のガソリンも使って欲しいと伝え、電気の復旧を待ちました。



## 5. 会員の被災体験と支援活動

電気が復旧し、初めて見たテレビの映像に言葉を失いました。支援物資を亘理町や山元町に届けに行った時、かつて見ていた風景が津波によって変わり果てたその爪痕に、頭の中が真っ白になり直ぐには受け入れられませんでした。震災直後何かしなければという焦りのような気持ちにかられました。しかし、支援物資を届け、当相談室に来所されたお母さん達への乳房ケアや育児相談、電話相談等にこたえることで精一杯でした。

震災後に感じた事は、あたりまえとっていたことが、実はそうではなかった事。TVの画面から何度も流れる凄まじい映像に言葉を失う程ショックで、ただ生きているだけで幸せだと思いました。何時間も並んで一人2リットルの水。水道の蛇口から水が勢いよく出た時は、惜しみなく使える事の有難さがわかりました。初めて入ったお風呂は震災後8日目。その後も一週間おきが暫く続きました。不自由な生活でしたが、今までが何不自由なく生活していたのです。当時は、一日一日無事生活できる事に感謝でした。

大震災以降、お母さん達の意識は変わりました。どこに行くにも今地震が来たらどうするか、常に意識するようになったといいます。又、折りたたむとコンパクトになるおんぶ紐をいつも携帯している方。停電後、立体駐車場から車が出せなくなった経験から、立駐を避け、1階に駐車する方。保育園や幼稚園を選ぶときも、自宅や職場の近く、又は、お迎えに直ぐ行ってくれる実家の近くなど、選択の基準が変わりました。地震の時は、直ぐには帰ることができないからです。

当相談室を開設時宮城県沖地震に備え、非常用の食料や水、オムツ等準備していました。通常3日分と言われていますが、それでは全く足りないと思いました。震災前日に偶然購入した10kgのお米が、とても貴重で精神的に救われました。私達家族だったらなんとでもなりますが、もしもの時相談室に避難するお母さんや赤ちゃんの事を考え、震災以降新たに準備したのがあります。カセットガス式暖房器具です。当相談室はガスによる温水ルームヒーターを使用。そのため災害時用として石油ストーブは準備していましたが、灯油を直ぐに購入できず使用できませんでした。電気さえ止まらなければエアコンやオイルヒーターは使えます。その他に使い捨て哺乳瓶・ミルク缶も多めに準備。ソーラー式&手回し式&乾電池式携帯充電器・車用携帯充電器・折りたたみ式水缶・防災用簡易ペンライト・寒い冬は暖かいものが必要と考え、発熱剤がセットされている非常用ご飯。以前は、発熱剤がなかったものを準備していました。使って役だった物は、圧力鍋・湯たんぽ等でした。しかし、こうしてたくさんのお母さん達から、近所の方や見ず知らずの方に助けていただいたと伺いました。水が不自由なのを知った当相談室に来所されていたお母さんから「何百リットルも入る大きなタンクがあるので水を届けます。」というお電話を頂きました。ガソリンのない中でしたので、気持ちだけ嬉しく受け取りました。近所の方だけでなく、助産師仲間や友人からいろいろとたくさんのお心遣いを頂きました。励ましの電話やメールにとても心強く感じ、本当に有り難いと思いました。

あの未曾有の大震災からもうすぐ2年が経とうとしています。テレビでは風化しないよう忘れないようにとありますが、いつどんな時でも忘れるはずがありません。今は震災前と変わらず、母乳育児相談室でお母さん達への乳房ケアや母乳育児相談等の毎日を送っていますが、いち助産師として何ができたかこれから何ができるのか今でも考えています。災害を経験したたくさんの方達から伺った生きて知恵をお母さん達に伝えていきたいと思っています。

### 9) 私が経験した東日本大震災

#### 武者文子（仙台市 母乳育児相談室まんまはうす）

太白区長町周辺のライフラインは、断水はありませんでしたが、電気の復旧に5日間、都市ガスの復旧に約1か月かかりました。相談室はプロパンガスだったので、電気がついたらガスも復旧し、5日目からお風呂に入ることができました。最初は自分の相談室で出来る支援をしようと思い、助産師仲間5人集め、赤ちゃんとお母さんのお風呂サービスを企画しました。太白区の保健師さんたちが避難所にいるお母さんやおむつかぶれのひどい赤ちゃんを紹介してくれましたが、この時はガソリンがなく、利用はあまりありませんでした。後でお母さん方に聞いたところ、ベビーバスにポットで沸かしたお湯をためて子どものお風呂くらいならなんとかあったとっていました。

私は産婦人科クリニックでも時々勤務をしていましたが、震災の最中にお産が始まった産婦さんがいて、強い余震の中で赤ちゃんを出産されました。その方は沿岸部の方で、「陣痛が来なかったら多分津波にのまれていた。赤ちゃんに助けられた。」と話していました。このころは食糧不足から産科クリニックでの入院ができないため、出産した次の日には退院になりました。しかも仙台市の新生児訪問事業はガソリン不足のため3月中は実施できず、お母さん達へのケア不足が続きました。

震災の次の日には津波で7か月の赤ちゃんを流されたというお母さんがおっぱいを止める薬をもらいにきました。クリニックは震災時の停電の後、自家発電機が4日間フル活動し、5日目に壊れました。6日目にはスタッフのガソリン切れが相次ぎ、出勤出来ない人が多くなり病院閉鎖になりました。私は赤ちゃんのお風呂の利用者がほとんどないため、やはり沿岸部にいかないと本当の支援は出来ないと思い始めていました。山元町に住んでいる岩佐助産師が自宅を流されながらも避難所のボランティアをしていると聞き、震災の2週間目に保健師の友人と二人で山元町にいきました。その日は4か所の避難所に行きましたが、授乳中のお母さんは一人だけでした。亘理町には小さい子供がいるお母さん達を集めた避難所が一か所あると聞き行ってみましたが、みんななんとか行き場を見つけたようで、すでにその避難所は閉鎖になっていました。小さい子供を抱えての避難所生活は周りへの気遣いも大きく、お母さん達は親戚や友人の家を頼ったり、すぐにアパートを契約して入ったり、動きが早かったようです。中には避難所の駐車場の車の中で生活している方や友達の親戚の家を頼り他県で生活した方もいました。

平成23年6月、助産師会の無料の母乳育児相談が始まると、放射能の心配や、地震で亡くなった家族や友人のこと、実家を失った事など、お母さん達はたくさんのお話を聞きました。母乳育児の相談の他、震災の時のことを語ることで、お母さん達の気持ちの発散の場ともなったようです。毎日毎日地震の話をお母さん達としました。

平成23年11月からはベビーマッサージ教室をはじめました。参加したお母さん同士の懇談や助産師への質問コーナーなどを設けています。みんなで地震の時の事や心配事を語り合っ、少しずつ元気になりたいと思います。津波で家族を亡くしたり、家や車を無くした人の中にはまだまだ希望が見えない人もいますが、みんなで乗り切っていきたいです。

### 10) 3.11 あれから1年10か月

田村雪子（一般社団法人宮城県助産師会 前理事（書記）・  
みやぎ子育て・女性健康支援センター 副代表）

「それぞれが出来ることを自己責任の元に!!」という新田みつ子会長（元）の声明に沿って動いた私の行動は何だったのだろうと思いついて返している。それぞれの苦悩・苦情が届くがあの状況で人材がいない、財源がない、会員全体が把握できない現状。

震災後3日目やっと通じた電話で、副会長と共に会員の安否からはじめた。母子支援のための財政確保が必要と、日本財団へのアクセス、ジョイセフとの調整、本部との連携、支援物資の頒布、乳幼児の入浴支援。あれで良かったとは思っていない。やらなくてもいいことにエキサイトして向かったのではないかとも思っている。「ありがとう」のメッセージが届かないことがその論拠である。「皆が大変だった」とも解釈しているが。

実のところ、この手記の投稿を悩んだ。忘れることが出来たら忘れたい。ただ宮城県助産師会の動きを間近に触れ、知っているのは書記として対応していた自分ではないかと思いこの手記を投稿した。宮城県助産師会理事・役員一同、出来る限りの対応をした。交通手段も確保されない時期に参集し善後策を講じ、本務をさておいて、被災会員に一人一人お見舞いに馳せ、対外交渉に赴いた理事たち。また、会計処理のために自転車で事務所に何回も往復した会計さんの力で正確な報告書の提出が出来た。未曾有の災害であっても報告書提出までが事業貫徹のサインである。その主要部分が会計報告である。

予期せぬ未曾有の危機であった。多くの生命が失われた。未だに仙台市宮城野区・太白区には仮設住宅に住む多くの方がいらっしゃる。石巻の地盤沈下は北上川氾濫の恐怖を彷彿させる。そして皆の心の傷はまだ残っている。

その中で、母を亡くしてなお教員を目指し他県に進学した専門学生。ボランティアで被災地に出向いた大学生たち。あるとき流産された方は第二子を立派にご出産。8か月休業されていた産科クリニックでの助産師たちの連携……。米（個人的支援）・事務所の石油を届けてくれた理事さん。多く感動と感謝に出会った。

11月24日 AM5:23、また結構強い地震がきた。馴れるということない。その度に胸がうずく。

個人的には、自宅待機になった夫が食料を調達し、町内会の世話係りを一手に引き受けた。おかげで私は事務所通いが出来た。息子は高校生たちの世話を毎日通勤した。家族中で奔走した。就活中で東京に行っていた娘は、私の妹宅に3週間お世話になった。高速バスで帰仙する娘に、妹が持たせてくれたお煮しめ・洗剤・塩が嬉しかった。あの余震を仙台ではなく、東京で乗り越えたのは幸いであったのか。家族と離れていることがどれほど心配であったかと思うが、「大丈夫だよ」と伝えるだけで、仙台に迎える手段はなかった。

最後になるが、宮城県助産師会はご存知のように小さな組織である。が、社団法人としての社会的信用の元に成り立っているという認識を個々が持ち、ますます飛躍してほしいと願っている。



## 5. 会員の被災体験と支援活動

### 11) 東日本震災の体験と支援活動について

#### 小山みね子（多賀城市 小山みね子助産師相談室）

震災から、1年半が経ちましたが、みなさんのご支援に感謝するとともに、引き続き復興支援が求められます。被災直後は、東京助産師会やジョイセフ、日本財団の支援で、多賀城市と山元町で「母と子の元気市」を地域の方々と一緒にとりくみました。また、気仙沼市、石巻市、東松島市、岩沼市、塩釜市、七ヶ浜町の避難所に支援物資を仲間と一緒に、キャンピングカーで運びました。避難所では、「女性用下着はとても助かりました」と喜ばれました。

私の助産院は、一部損壊になりましたが、気仙沼市にある夫の実家の家屋は、コンクリートの基礎を残しすべてが流されました。助産院として、産婦人科の紹介で、産後、震災でメンタルが高じた母と子どもの産後入院を引き受けましたが、スタッフ不足と妄想が出るなど症状の進行により専門病院につなげました。

さらに、当助産院に、入院した母と子が、楽しみながら、交流できる場所「ホットスペース」をつくりました。お互い手づくりお菓子などを持ち寄りお茶会、感染症などの勉強、尿漏れ体操、バランスボールを使った体操など行い、最後は授乳でおわります。

とくに、福島でお産し福島原子力発電所事故で追われてきた産婦は、乳児の甲状腺癌の不安を訴えています。私に助産師として、できることは、なんだろうかと悩みました。そこで、女川の原発の視察・学習会に参加してきました。襲った津波は13メートル、女川原発の敷地の高さは14.8メートル。地震で1メートル地盤沈下したので、わずか80センチの差で助かった。さらに外部電源5系統のうち4系統が喪失し、紙一重で島原子力発電所事故と同じような惨事から免れたことになるということでした。これからも、助産師として、微力ながら、命に寄り添ってまいりたいと思います。



気仙沼市での自衛隊員による荷降ろし作業



多賀城市高崎中学校での支援物資配布活動



山元町坂元中学校での支援活動に参加した仲間



七ヶ浜町でのボール体操

### 1 2) 東日本大震災時の体験

#### 小田嶋清美（石巻市 あべクリニック）

地震が発生した3月11日は仕事が休みで、娘の予防接種のため病院を受診中でした。順番を待っている途中で地震が起きました。詳しい状況が分からないまま、発生から30～40分後に病院を出ました。外は暗く雪が降り、道路は信号機が止まり大渋滞でした。防災無線から『大津波警報発令！高台に避難！』の指示がありましたが、大津波という初めて聞く言葉にどれだけの高さは予測もつかず、周囲の人も車を運転しているので大丈夫のはずだと思い、小学校と保育園にいる子供たちを迎えに行こうと車を走らせました。途中で何度も通行止め会い、結局子供たちを迎えに行けず、津波から迫っているのを車を乗り捨てて避難所になっていた警察署に避難しました。そこで地震や津波の情報を聞き、今まで経験した地震とは違うことを知りました。

余震の続く寒くて薄暗い中で娘と身を寄せ合って一晩を過ごしました。夜になると津波は警察署までも押し寄せ孤立しました。

次の日の朝、警察署が遺体安置所になるというので山の上にある避難所に移りました。到着してすぐ破水した妊婦さんと出会いました。その方は里帰り出産のために帰省されていて地震に会いました。地震の後の津波でご実家は1階まで浸水し、傾きかけた家の2階で不安な一夜を過ごしました。そんな中で破水したそうです。陣痛はなく、避難所の方が安全ということで朝に避難してきました。日赤病院と連絡済みで、ドクターヘリの要請をしているというので、ヘリが来るまで経過を見るために付き添いました。

ヘリは上空を飛んでいるものの、救助の人が最優先ということでなかなか来てくれませんでした。そんな中、昼過ぎに陣痛が開始、子宮口が2cm開いており、痛みが強くなってきました。陣痛は強くなる一方、でもヘリは到着せず、避難所での出産を余儀なくされました。しかし、避難所は寒くて不衛生だったため、避難所の保健師の方や市職員の方と話し合い、近くの民家を借りて自宅出産することにしました。

分娩監視装置や分娩器械はありません。学校の保健室にあった脱脂綿やガーゼ、消毒液で最低限の清潔を確保することがやっとでした。飲料水用に備蓄していた水を沸かしてもらい、新生児の保温のための準備をしました。

母子手帳も紛失し、母子双方の情報がない中で、母からの情報だけが頼りでした。妊娠中は異常がなかったこと、前日に妊婦健診を受けていて順調な経過と言われていたこと、胎児の予想体重が標準的なことなどを得て、分娩に踏み切りました。また、産後の異常を想定し、近くの病院に緊急時の受け入れの要請をお願いしました。

赤ちゃんが十分降りてきてからいきみました。余震が続き、辺りが暗くなり始めた頃でした。ろうそくと懐中電灯に照らされ18時過ぎに温かい布団の上で元気な男の子が誕生しました。母児同床で過ごし、次の日警察署の車両で日赤に搬送しました。母児ともに無事に経過され、皆で胸をなでおろしました。

私は、震災から2日後に小学生と保育園の子供たちと再会し、避難所生活を送りました。そして、震災から4日目に病院に行く道路の通行止めが解除されました。ライフラインがつながらなかったの、先生やスタッフ、入院していたお母さんと赤ちゃんは無事かどうか、病院の状況を確認に行きました。

## 5. 会員の被災体験と支援活動

病院は水が引いたものの、駐車場や敷地はヘドロで埋め尽くされていました。玄関のガラスが割れ、ヘドロが1階の階段の途中まであり、壁には1m40cm～50cm辺りまで、津波の跡が残っていました。

先生と当直スタッフは無事で数人の褥婦さんと赤ちゃんがおりました。ライフラインも途絶え、道路も浸水し、妊婦さんや患者さんも来院できない状態でしたが、津波被害の少なかった石巻赤十字病院にすべて受け入れてもらっている状態でした。

子供たちと再会したものの、食料・水などの物資が届かず、避難所での生活は過酷なものでした。そんな状況のなか、病院を訪ねました。先生のご配慮もあり、子供3人を連れて5日目には避難所から病院へ移りました。

この頃から道路が通れるようになったので、病院の状況確かめに歩いてくる患者さんの家族が増え、対応に追われました。なかには足元の悪い中歩いて状況確かめに来た妊婦さん、赤ちゃんのことが心配で妊婦健診を受けに来た妊婦さんもありました。

充電の残っていた旧式のドップラーによる心音聴取、そして血圧測定や容態聴取など、できる範囲でのチェックを行いました。また、内服の継続が必要な方への処方も行いました。

病棟には数人の褥婦さんがおりましたので、3食の食事の提供や母児のバイタルのチェックを行い、さらに余震や保温対策として、母児同床と添い寝をお願いしました。それでも朝晩は冷え込み、体温が低い時にはアルミックシートで包み、その上から衣類やタオルで覆いました。ライフラインがないため、消毒液やミルクも作れないので、ひたすら母乳育児をしてもらいました。

病棟の1階が浸水したり、隣接している施設が甚大な被害に襲われましたが、石巻のお産状況を考え、4月1日の再開を目標に動き始めました。

はじめにやったことはヘドロかき。破傷風などの細菌感染も考えて、二重三重の防具を見につけ、消毒も厳重に行いました。市のボランティアの派遣はまだ十分ではなく、動けるスタッフで行いました。3月はまだ日が短く、夕方4時になると薄暗くなるので、電気が通るまでは9時～16時まで泥かきと片づけを行いました。震災後7日過ぎには、一部水道やプロパンガスも使えるようになり、泥かきの他、外来の片づけもできて、はかどりました。震災から12日目には電話がつながりました。すると24時間休みなく電話が鳴り、病院再開の確認やお産の取り扱い、外来診療についての問い合わせが相次ぎました。そのため、スタッフが交代で当直をしました。

3月末に電気と水道の完全復旧、医療ガスの確認、医薬品の確保、最低限必要な機械レセコンの借り受け、食料の確保、スタッフ全員が無事でマンパワーがそろい、万全の準備を整えて、4月1日外来再開、4月7日より分娩開始となりました。

東日本大震災で失ったものはたくさんありますが、人と人の繋がること(=絆)の大切さを再認識しました。今後も復興にむけて“絆”を大切に前進していこうと思っています。



### 1 3) わたしの被災体験

梶谷 安 (石巻市 齋藤産婦人科医院)

3月11日の震災当時、私は沿岸部の病院で看護師として勤務していた。施設は海から500mの所に建っており、入院患者は130名ほどであった。地震直後、外来患者などを2階に避難誘導したものの、まもなく10mの津波が来るとの連絡があり、さらに上の3階、4階へと移動した。移動完了後、海水が流れてきたのが見えた次の瞬間、津波は周辺の住宅すべてを呑みこんだのである。

院内の電気や水道は止まり、自家発電も数十分で切れてしまった。患者や避難者、職員、関係者など合わせて300名余りが取り残されていた。日没後は、寒さに耐え、余震と暗闇との不安のなか、懐中電灯の灯りをたよりにトイレの誘導や点滴の追加、オムツ交換など対応した。翌日の昼ごろに最初の非常食が配給になった。ゴルフボール大のフレーク入りおにぎりとお水50cc。かみしめてゆっくり食べると、意外と空腹が落ち着くのが分かった。

病院として医療の提供が困難な状態でいつ救出されるのか目途がたたない中、3日目にやっとDMATが到着し、重症患者から搬送が始まった。4日目にはDMATの他、夕方から自衛隊ヘリによるピストン輸送で患者、避難者全員が救出された。完了した時は、夜中の10時半を過ぎていた。5日目にはスタッフも全員救出され、その後は福祉避難所や救護所に分散して医療活動を行うことになった。

私は、日赤救護所で2日間勤務し、その後福祉避難所で2交代勤務についた。福祉避難所では、介護が必要な高齢者の中に乳児をもつ親子が2組いたことに驚いた。収容の対象になっていたようだが、隣との間隔を空けてスペースを確保するなど、できる限り、感染の防止に努めた。ある日、当直明けで自宅にいと、「他の避難所に妊婦さんがいるので対応してほしい」と連絡が入った。助産師として求められていることを感じ、眠気を忘れて避難所へ向かった。8ヶ月の経産婦、14週位の不妊治療後の初産婦、在宅で避難している25週の初産婦の3名を訪問することができた。被災時の状況では、腰まで水に浸かりながらの移動や寒さなど過酷な中であつたこと、話を聞くだけで涙が出てきた。支援物資のマスクや飲み物、産後用の衣類などを手渡し、無事に出産できるよう励ました。

今回の震災で、緊急時に自分がとつた行動はどうだったかを振り返り、とるべき行動は何だったのかを考えたいと思った。助産師としての活動内容は微々たるものであつたが、被災妊婦さんの心の支えになることの必要性を実感することができた。

## 5. 会員の被災体験と支援活動

---

### 14) 3・11 東日本大震災を経験して

#### 小野由起子（仙台市 森のおひさま助産院）

当日、私は午前中の仕事を終え仙台の市街地にいました。夫は太白区の職場に、娘は小学校に、そして同居の母は自宅にと、家族4人皆バラバラでした。仙台のデパートの中で大きな揺れを感じ、立っているのもままならないほどの地震に大きな不安を抱きました。店内は照明が落ち真っ暗で、子供の大きな泣き声が響いていましたが、商品が崩れ落ちたり棚が倒れたりすることはなく店員も冷静に客を安全な場所に誘導し、比較的冷静に地震の直後は過ごしていました。こちらの店員さんはよく訓練されているな、と感心すらしていました。ところが一步外に出て避みると、大きな余震は続き、駐車場の車も出せず、壊れた建物も目に入り「これはただ事ではない。早く助産院に、家族のもとにかえらなければ！」と心が大きくざわついたのを覚えています。幸い家族は無事で夜には皆がそろい、連絡が取れる範囲では離れた身内も無事との知らせを受けました。

幸いにも助産院には当時どなたも入院しておらず、直近では予定日を3月12日に控えた方がおりどうしているかと身を案じました。不思議なことに全く通じない電話が彼女とはたびたび通じ、「大丈夫！」のやり取りをして安心したことを覚えています。その方は間もなく出産となり無事に助産院で過ごしていただくことができました。

震災直後は助産院の様子を心配し、栃木で助産所をしている友人がたくさんお荷物を車に積んで駆けつけてくれました。自分の助産院を人に任せてくるのがどんなに大変なことか身を以てわかりますので、彼女には本当に感謝しています。

地域には里帰りできなくなったり健診を受けられない妊婦さんがいらして、急遽、助産院での健診や出産を引き受けました。産婦さんやご家族と新たな命に感動し、生きていることのありがたさを噛みしめました。そして助産院もほかの施設と同様、物資が不足していましたが、前年に太陽光発電を設置しておりお天道様に感謝したものです。地域的には被害の少ないところで支援物資が届くことはなく、自ら水を、食べ物を求めて活動していましたが、そんなおり東京からの一本の電話。全く見ず知らずの方でしたが、助産院のママや赤ちゃん、地域の子供たちの役に立ちたいと衣料品をたくさん送ってくださいました。「東日本大震災 ピンポイント笑顔支援プロジェクト」と銘打って本当に必要なものを必要な方達に届けたい・・・と頑張ってくださいました。荷物の中には助産院スタッフのためにおいしいお菓子も入れてくださり、甘いものにずいぶん癒されました。震災後間もない頃には石巻の子育て支援センターなどに送ったり、個人的につながった方達にお渡ししていましたが、新たに迎えた冬には滑川スノーパークでのチャリティーイベントにも参加させていただき、たくさんの物資を低額で販売し支援金にさせていただくということにも協力できました。

震災があつてたくさん傷つくこともありましたが、到底知り合うことのなかった方たちとも繋がることができ、人間ってすごいな、過酷な状況でも未来へつながっていけるんだなと感じたときでもありました。さらにこれからの未来に、子供たちの明日に繋がっていけるようがんばらねばと改めて感じています。

## 6. お世話になった方々からのメッセージ

### ～明日はよりよい日になりますように～

石井澄江（公益財団法人 ジョイセフ代表理事）

ジョイセフが東日本大震災被災地支援事業を実施した理由と事業の内容そして宮城県において助産師との協力のもとに実施した活動をご報告します。

ジョイセフが被災地支援事業を開始した理由：

公益財団法人ジョイセフの本来の使命はリプロダクティブ・ヘルス/ライツの推進を通じて、途上国の妊産婦と女性の命と健康を守ることにあります。2011年3月11日、東日本を襲った未曾有の災害直後に、初めて国内活動の実施を決めました。同時に日本国内のジョイセフ支援者、そして途上国も含む海外の仲間たちから、被災した妊産婦と女性を支援したいとの熱いメッセージをたくさん受け取りました。ジョイセフはこの熱い思いの「受け皿・橋渡し役」として、被災地支援事業に取り組む決意をしました。

被災地支事業の基本方針：

開始にあたっては、まずジョイセフのできることを、ジョイセフだからできることを考えました。ジョイセフの支援対象は国内でも海外でも変わりません。「妊産婦（含む新生児）と女性」です。そして、ジョイセフは直接スタッフを派遣するのではなく、被災地に詳しい関係団体との連携・協力のもとに、地元の助産師、産婦人科医、保健師等の医療専門家を通じての支援を行うことを決めました。その理由は、この支援は短期間では完了しないとの基本認識にたち、長期的に妊産婦・女性に寄り添い、心身双方のケアをするには現地の助産師を始めとする保健医療専門家が最も適していると考えたためです。

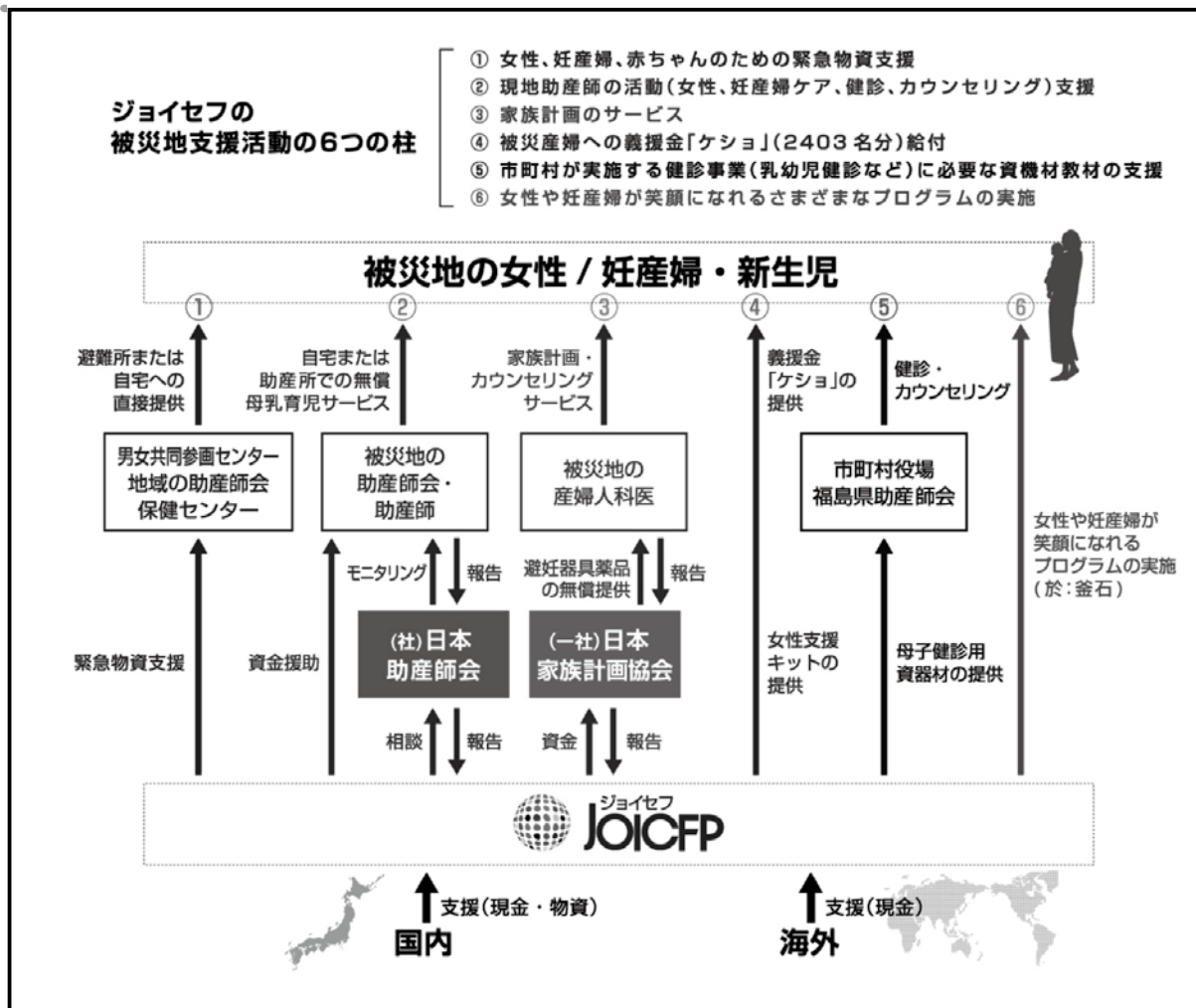
支援内容と宮城県助産師会との協同：

ジョイセフが実施した支援活動の内容は別紙（次頁の図）の通り6つに分かれますが、活動の多くは地元の助産師たちとの協同作業でした。特に宮城県は、被災地における助産師の数が、岩手・福島の2県に比較して多いため、ほとんどの活動を助産師の協力を得て実施しました。具体的な例として緊急物資支援があげられます。ジョイセフの集めた物資は妊産婦・新生児そして女性用に特化したもので、配付ルートも独自に開拓をし、妊産婦や女性に直接届くように配慮しました。この緊急物資については、助産師から得た情報のもとに、妊産婦や女性のニーズ～何をどこで必要としているか～を把握することができました。またジョイセフが調達した物資を必要としている妊産婦や女性たちに届けたのも助産師でした。ガソリンを買うこともままならない状況の中、一人でも多くの被災者に物資を届けようとお苦勞してくださいました。在宅避難をせざるを得ない妊産婦の状況を把握し、支援物資を届けてくださったのも助産師です。

避難所、家庭訪問そして助産所で実施された母乳育児相談の報告を読みながら、1人でも多くの母親たちの支えになって欲しいと願わずにいられませんでした。ジョイセフに対する報告書のまとめ作業で宮城県助産師会には大きな負担をおかけしてしまいましたが、2,000回を超える宮城県内での母乳育児指導は、きっと多くの困難を抱えている母親たちの助けになったと確信しています。そして、復興の長い道のりを思うとき、地元で活動している助産師を通じての支援という選択をしたことに満足するとともに、支援活動の継続の重要性に身が引き締まる思いです。これからも長いお付き合いをお願いいたします。



## 6. お世話になった方々からのメッセージ



### ～支援する助産師が元気であること～

#### 川久保佳代 (石川県 どんぐり助産院)

2011年3月11日、私は、担当の産婦さんのお宅で自宅出産後のケアをしていました。震源地である宮城県からは遠く離れた地、石川県では揺れを感じた人も少なく、私も全く気づかなかった一人でした。それまで音楽を流していた訪問先のママが何となくテレビをつけたその瞬間、いつものワイドショーから突然のニュース速報、そして三陸沖から大きな波が押し寄せてくる映像。すぐに災害対策委員の仲間から電話が入りました。岩手にいる同じ委員の仲間の安否が真っ先に気になったのですが、すぐに電話もメールもつながらなくなりました。

2008年3月25日、私の住む石川県でも震度6強の能登半島地震がありました。半島なので、広い範囲での被害はなく、あまりニュースで取り上げられる事もなかったのですが、他の災害と同じく、避難所に避難している母子、妊婦が少なからずいらっしゃいました。当時、石川県から委託され後方支援として能登の母子支援をした時の事が突然よみがえって来ました。当時一年以上、フラッシュバックなど後遺症に悩まされる妊産婦さんの支援を継続していた時に、県主催の研修で出会ったのが、神

## 6. お世話になった方々からのメッセージ

戸の臨床心理士の中谷恭子先生です。一応出席しておくか、くらいの軽い気持ちで出席したその研修会で、まずは仲間の助産師が話せないほどの号泣。つられるかのようにその場にいた助産師、保健師すべての出席者が初めて自分の今おかれている異常な状態に気づいた瞬間でした。

今回の東日本大震災の時に、メールを通じてたくさんの現地の助産師が自分の事は二の次に、被災した母子のために一時も休息を取らずに支援を続けている姿が脳裏を横切りました。まるであの時の自分達のような気がして胸が締め付けられる思いでした。そんな時に災害対策委員長からできる範囲で今後どんな支援をしたら良いかという相談の電話をいただきました。ただ現地で支援している助産師の事が気になると答えました。そして、混乱の中今回の「災害後母子こころのケア研修会」を行う事になりました。

この研修会は、母子とありますが、母子を支援している支援者への支援を念頭に企画しました。講師兼ファシリテーターとして、能登半島地震の際もお世話になった中谷恭子先生にお願いをしました。ほとんどの時間をそれぞれの参加者が語る時間にあて、中谷先生に都度コメントをいただく形で会を進行しました。たくさん泣いて語り、次の一步を踏み出せた方、まだまだ立ち止まったままの方、逆にまだ語れる時期ではなく、かえって辛い思いをしてしまった方、色々だったと思います。

この研修会の準備にあたり、急に決定したことであり、計画、準備、会計まで石川県助産師会できとりあえず引き受ける事になりました。仲間の助産師と、会ったことのない東北の助産師の仲間の事を思い準備をしました。本来なら必要がないものだったのですが、私達石川県の助産師が過去にしていた様に、ティッシュとお菓子は必要だよ、とこだわりながら準備をしました。

正直なところ、この数回だけの研修会がどれだけの力になったのか、また、逆に傷つけてしまったのではないかと、今でも良く分からないでいます。きっと一生答えが出ないということも良く分かっています。

しかし、近い将来必ずまた起こる災害の時に、同じ様な辛い出来事がくり返されます。そんな時に、今回の研修会で語りあった仲間の言葉を思いだし、支援の輪が繋がって行くことを願ってやみません。

この度は、本来は対象ではない私にも語る機会を与えていただき、ありがとうございました。宮城県助産師会の皆様とこうしてつながれた事は、私にとっても大きな人生の転機となりました。助産師が元気であることは、女性と子供達が元気でいられるということ。今後も宮城県の助産師の皆様が、心も体も健やかに活躍される事を、遠くからお祈りしております。



(後列左筆者 24年8月 心のケア研修会 東松島コミュニティセンターにて)

## 編集後記

塩野悦子（一般社団法人宮城県助産師会 災害対策委員）

東日本大震災から2年が経過しました。震災後1年目はまだ呆然自失とした感が強い印象でしたが、2年目はかなりゆっくりではありますが、少しずつ前に動き出しているようです。でも被災地沿岸部はがれきが撤去されつつあっても、まだまだ震災当初のままの景色が広がっています。このたびの震災による宮城県内の死者は、直接死9571人、関連死856人を数え、合計すると1万人を超えました。行方不明者もまだ1302人いると報告されています（平成25年2月28日現在）。心よりご冥福をお祈りいたします。

しかし、このような震災のなか、赤ちゃんの誕生は多くの人に生きていく希望や勇気を与えてくれました。助産師はその母子をただ見守るだけなのですが、本当に大切な使命をもった職業であることをあらためて知ることになりました。この震災体験を通じて、どの助産師も助産師であることに更なる誇りを持てたのではないのでしょうか？

本記録集には被災地の助産師だからこそ得た経験知および実践知が多分に収められていると思います。今後も大規模災害が日本で起こると言われておりますが、今後の防災に少しでもお役に立てれば幸いに存じます。

ご多忙のなか原稿や資料、写真をお寄せいただいた皆様には心より厚くお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

最後になりましたが、このたびの震災に際し、物心両面にわたりご支援を賜りました全国の関係各位にこの場をお借りして深甚の謝意を表します。







宮城県助産師会 3.11 その時私たちは

平成 25 年 4 月発行

一般社団法人 宮城県助産師会

〒982-0817 仙台市太白区羽黒台 21-25

電話 022-244-8007 FAX 022-774-1970

ホームページ <http://www.midwife-miyagi.net/>

編集責任者 塩野悦子  
レイアウト なの工房 (石澤佳奈)